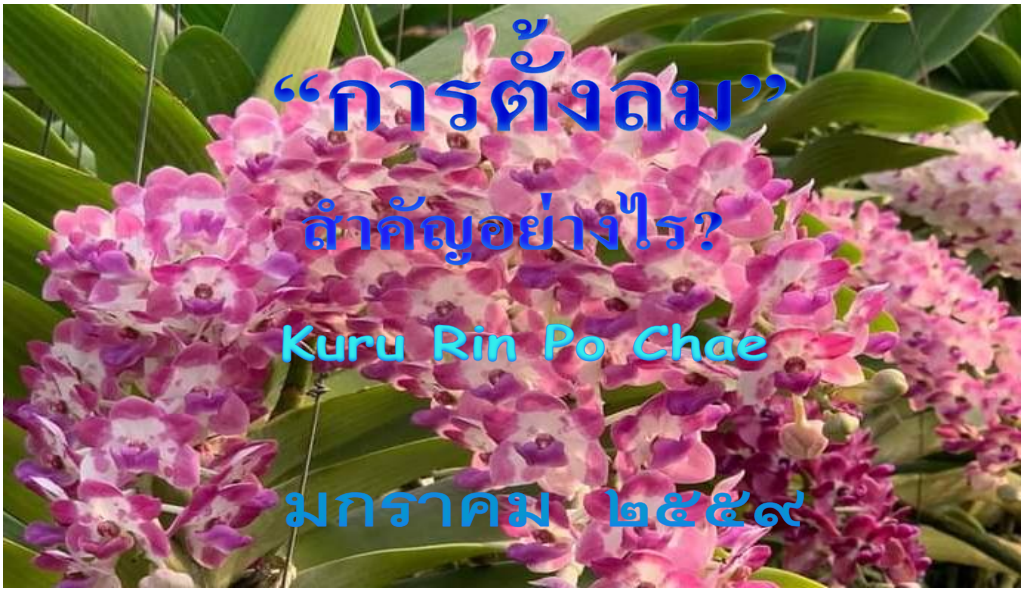


ในการปฏิบัติสมาธิขั้นต้น คือ อาปานสติ คือ **ฝึกหายใจ จะมี ๓ จังหวะ** คือ

๑. หายใจเข้า

๒. ระงับลมหายใจ

๓. หายใจออก

จังหวะของการ “**ระงับลมหายใจ**” นี้ เรียกว่า **"ระงับลมอัสสาสะ-ปัสสาสะ"** (ปรากฏเป็นข้อปฏิบัติใน สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค) หรือ ที่โบราณเรียกให้จำง่ายว่า **“การตั้งกองลม, ตั้งลม,ทรงลม”**

"การตั้งลม" เป็นหัวใจสำคัญในการทำสมาธิ ซึ่ง **แตกต่างไปจากการ "กลั้นลมหายใจ"** ส่วนใหญ่ผู้ที่ มาศึกษาปฏิบัติใหม่ ๆ มักเข้าใจสับสน คิดเอาเองว่า เป็นเรื่องเดียวกัน ซึ่งที่จริงเป็นคนละเรื่อง เพราะการกลั้นลมหายใจ จะให้โทษแก่ร่างกายทำให้สมองขาดออกซิเจน ถึงกับ "เอ๋อ" ได้ ทางพุทธเรียกว่าเป็นการอัตตากิยานุโยค (ทรมานตนเอง) ห้ามไม่ให้ปฏิบัติโดยเด็ดขาดเพราะเป็นโทษ

ส่วน **“การตั้งลม”** นอกจะต้องใช้ในการทำสมาธิในระดับสูงแล้ว (ผู้ที่ปฏิบัติ สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จะทราบดี)

การตั้งลม คือ การทรงสภาพของลมอัสสาสะ ไว้ยังจุดกำหนด(เช่น ปถวีธาตุ) เพื่อใช้ประกอบกับ **"นิมิต(ภาพ)+ปิติ"** สำหรับอธิษฐานสิ่งที่ปรารถนา ให้ปรากฏเป็นจริง ทั้งนี้ การตั้งลม หรือ ทรงลม จะใช้ไปจนตราบถึงบรรลุปัญญาวิมุติ หลุดพ้น คือพระนิพพาน นั่นแหละ

ผู้ที่สามารถตั้งลม ได้ในระดับต้น ๆ ก็เกิดอานิสงค์ สามารถป้องกันตนเอง มิให้เป็นอันตรายจากอาวุธได้อีกด้วย

ในประเทศจีน เมื่อประมาณเกือบพันปีมาแล้ว **พระโพธิธรรม "ตั๊กม้อ"** ผู้ก่อตั้งวัดเส้าหลิน ได้นำ "การตั้งลม" มาเผยแผ่เป็นที่รู้จักในชื่อ **"วิชชาระมังทอง"** ดังปรากฏและสืบทอดมาจวบจนปัจจุบัน ดังตัวอย่าง Clip นี้

http://www.youtube.com/watch?v=S9i3cj2onWk

ลูกหลานไทย ที่รักในวัฒนธรรมล้านนา อย่าพลาดให้ได้เห็นภูมิปัญญาไทย ที่บรรพบุรุษได้รักษาแผ่นดินนี้ไว้ให้ลูกหลาน ด้วย เลือด เนื้อ ชีวิต และจิตวิญญาณ

:::: เฉพาะส่วน กำหนดการไหว้ครูดาบ :::

๑๘.๐๐ น. อัญเชิญ ไหว้ครูดาบ

๑๘.๐๐ น. พระสงฆ์ เจริญพร ประพรมน้ำพุทธมนต์ แก่ผู้เข้าพิธีไหว้ครูดาบ

๑๙.๐๐ น. ฟ้อนดาบ ถวายครู (แข่งขัน)

๒๒.๐๐ น. แจกรางวัล

ขอเชิญ สมาชิก ทุกท่านร่วมอนุโมทนา Dr สิริเบญจา กอวัฒนา และสมาคมศิษย์เก่า มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่ได้มีกุศลจิตเจตนา อุปถัมภ์ถ้วยรางวัลสำหรับ "งานอนุรักษ์ล้านนา ไหว้ครูดาบ" เพื่อสืบต่อศิลปวิทยา ภูมิปัญญาไทยให้คงไว้คู่แผ่นดิน

ขอสิ่งอันประเสริฐเลิศแล้ว อัน "ใจ" ปรารถนา จงสัมฤทธิผล เจริญก้าวหน้า โดยพลัน สมดั่งอธิษฐาน ทุกประการ พร้อมทั้งผู้ร่วมอนุโมทนาทุกท่านเทอญ

ในสังคม Online ที่ฮือฮาน่าสนใจกันตอนนี้ สำหรับคนชอบสิ่งแปลกใหม่ในทางปฏิบัติ เห็นจะได้แก่เรื่อง "สุดยอดสมองของการคิดบวก" อันมีเนื้อหาว่า

"...พวกเราเคยสงสัยบ้างมั้ย? บางคนหยิบจับอะไร....ก็เป็นเงินเป็นทองไปหมด ร่ำรวยง่ายเหลือเกิน .. ในขณะที่บางคน...กลับมีเงินแค่พอใช้เดือนชนเดือน...ลงทุนทำอะไรก็เจ๊งไม่เป็นท่า ..... คนสองกลุ่มนี้มีอะไรต่างกัน ระหว่าง .. ~ การศึกษา ~ สติปัญญา ~ ประสบการณ์ ~ จังหวะเวลา ~ ลักษณะนิสัย ~ โอกาส ~ ดวง หรือ ความเฉียบคมในการตัดสินใจ?? คำตอบ คือ..... ไม่ใช่สักอย่าง ?? แล้วความลับอยู่ที่อะไรล่ะ?? ดูคลิปนี้... http://m.youtube.com/watch?v=e9cxQoyq150

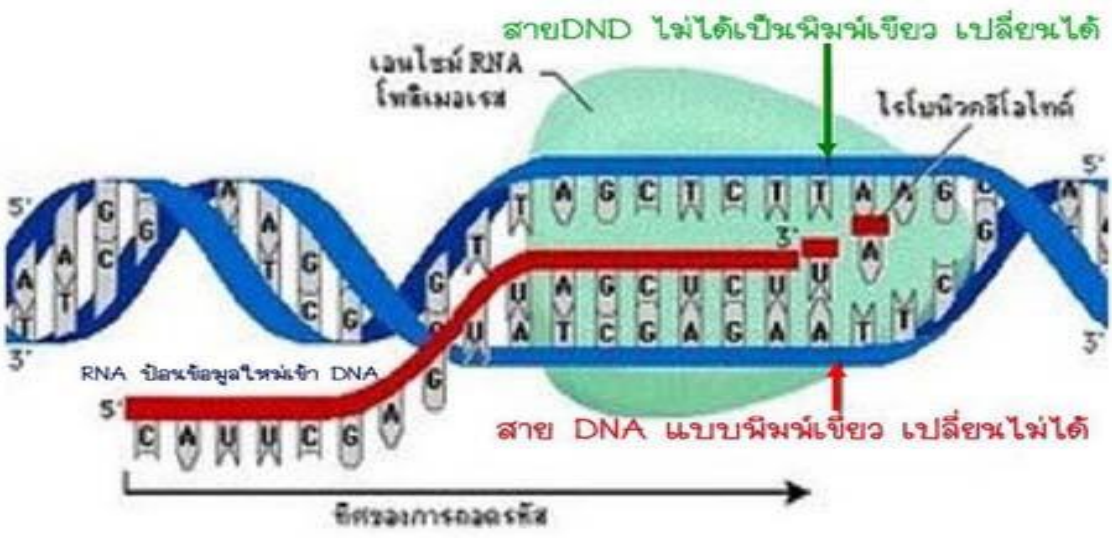
สำหรับผู้ที่ไม่เคยทราบ หรือ ไม่เคยปฏิบัติ "สติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค" มาก่อน ก็จะยอมรับว่าเยี่ยมยอดจริง ๆ

แต่เมื่อนำไปเทียบกับ "การอธิษฐาน" อันเป็นการปฏิบัติขั้นต้นของ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" จะเห็นความต่างได้ชัดเจนยิ่ง คือ "ความคิดบวก" ตามคลิปที่นำมาเป็นตัวอย่างนี้ ไม่สามารถที่จะกำหนด วันเวลา เหตุการณ์ ที่ปรารถนาให้เกิดขึ้น ตามประสงค์ได้

ทั้งนี้เพราะผู้ผ่านการปฏิบัติ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" กำหนดเวลา สถานที่ เหตุการณ์ รวมทั้งสิ่งที่ปรารถนา ให้เกิดขึ้นได้อย่างเป็นขั้นตอน และพิสูจน์ได้ ไม่มีฟลุ๊ค ซึ่งเรียกว่า "อธิษฐาน"

เพราะ "คิด" เป็นระดับของ "จิต" เปรียบเสมือน "เชิงเขา" แต่ "อธิษฐาน" เป็นระดับของ "ใจ" เปรียบเสมือน "ยอดเขา" ผลลัพธ์ที่ได้จึงแตกต่างกัน การเดินขึ้นยอดเขาต้องใช้ความมานะพยายามไปให้ถึงยอด นั่นคือต้องประกอบ "วิริยะ" ความเพียรปฏิบัติรักษา "นิมิต (ภาพที่ปรารถนา)+อารมณ์+ปีติ" (ระลึกรู้อารมณ์) นำไปตั้ง(ฐาน) และรักษาไว้ นี่คือลักษณะ ของความแตกต่าง

:::: ตัวอย่างการอธิษฐาน รักษาโรคร้าย เช่น มะเร็ง ::::



ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับการเจริญสติ.....

Prof. Elizabeth Blackburn, Ph.D. นักชีวโมเลกุลได้รับรางวัลโนเบลจากการ ค้นพบเอนไซม์ทีโลเมอร์เรสยืนยันว่าการเจริญสติอย่างต่อเนื่องมีผลต่อร่างกายในระดับเซลล์ ช่วยรักษาโรค ชะลอวัย และทำให้อายุยืน

ปัจจุบันนี้ มีงานวิจัยที่ น่าสนใจ และเป็นที่ กล่าวขวัญกันอย่างมากในหมู่นักวิจัย เรื่องคนสูงอายุก็คือเรื่องของหน่วยพันธุกรรมของคนเรา ที่เรียกว่า “โครโม โซม”ซึ่งเป็นตัวควบคุม ลักษณะทางร่างกายและการทำงานของระบบต่างๆในร่างกาย

โครโมโซมมี ๒๓ คู่ ๔๖ อัน เราลองนำเอามา ๑ คู่มาดูดังภาพ จะเห็นว่า ๑ คู่มี ๒ อันเชื่อมติดกัน ตรงปลายสายโครโมโซม จะมีลักษณะคล้าย หมวกคลุมอยู่ (สีแดง ในภาพ) เรียกว่า ทีโล เมียร์ (Telomere) เวลา เซลแบ่งตัว เจริญเติบ โตขึ้นทุกๆปี ทีโลเมียร์จะสั้นลง

ในคนหนุ่มสาว ทีโลเมียร์จะยาวกว่าคนสูงอายุ ทีโลเมียร์จะเป็นตัวป้องกันปลายสายโครโมโซมต่ออนุมูลอิสระต่างๆ ที่จะมาทำลาย ถ้าไม่มี ตัวนี้ปลายสายจะบานออก และจะเชื่อมติดกับ ปลายสายอันอื่น ทำให้ สูญเสียหน้าที่และแตกสลายไป

ทีโลเมียร์ เปรียบเหมือนปลอกพลาสติก ที่หุ้มปลายเชือกผูกรองเท้า ซึ่งช่วยป้องกันไม่ให้ปลายบานออก เวลาสน ปลายเชือกเข้ากับรูของรองเท้า ก็จะสะดวกง่ายดาย แต่ถ้าไม่มีปลอกพลาสติกหุ้มปลายสาย เชือกจะบานออก ก็จะใช้งานไม่ได้ ทีโลเมียร์ ที่สั้นลง หมายความว่า อายุของเราก็สั้นลงด้วย

แต่ธรรมชาติ ก็สร้างเอนไซม์ตัวหนึ่ง ที่จะมาช่วยให้ดำรงสภาพความยาวของทีโลมียร์เอาไว้ เรียกว่า เอนไซม์ทีโลเมอร์เรส (Telomerase) เอนไซม์ตัวนี้ ช่วยทำให้ทีโลเมียร์ไม่สั้นลงเร็วเกินไป เซลล์ปกติแบ่งตัวแต่ละครั้งมันจะสั้นลงบ้าง จำนวนครั้งของการแบ่งตัวก็มีจำกัด นั่นหมายความว่า ถ้าเอนไซม์ตัวนี้ทำงานได้ดี เราก็จะมีอายุยืน แต่ถ้า เอนไซม์ตัวนี้ทำงานได้น้อยลง อายุเราก็จะสั้น ลง

ผู้ที่ค้นพบเอนไซม์ตัวนี้ คือ ดร. อลิซาเบท แบล็คเบิร์น (Elizabeth Black burn) เธอเป็นศาสตรา จารย์ด้านชีวโมเลกุล อยู่ที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย ซานฟรานซิสโก (UCSF) จากผลงาน การค้นคว้าเรื่องนี้ เธอและคณะได้รับรางวัลโนเบล สาขาสรีรวิทยาทางการแพทย์ในปี ๒๐๐๙

งานวิจัยของ ดร. แบล็คเบิร์น พบอีกว่า ภาวะทีโลเมียร์สั้นลงมีความสัมพันธ์กับโรคต่างๆ คือ โรคมะเร็ง โรคติดเชื้อ โรคหัวใจ โรคเบาหวาน ภาวะดื้อ ต่ออินซูลินภาวะสมองเสื่อม โรคอ้วน และ ในภาวะความเครียดเรื้อรัง

ในเซลล์ปกติ ความสามารถในการแบ่งตัวของเซลล์ จะถูกจำกัด โดยความยาว

ของทีโลเมียร์ พบว่า ทีโลเมียร์จะสั้นลงทุกครั้งที่เซลล์แบ่งตัว และ เมื่อมีการแบ่งตัวหลาย ๆ ครั้ง จนทีโลเมียร์สั้นถึงระดับหนึ่งแล้ว เซลล์ก็จะตายลง

ในเซลล์มะเร็ง มันสามารถจะแบ่งตัวได้โดยไม่จำกัด มากกว่าร้อยละ ๙๐ ของเซลล์มะเร็ง จะมีการสร้างและการทำงานของเอนไซม์ทีโลเมอร์เรสผิดปกติ เราสามารถตรวจพบในชิ้นเนื้อที่เป็นมะเร็ง และ ในเซลล์ที่เผชิญกับสารอนุมูลอิสระ ทีโลเมียร์จะสั้นลงเร็วกว่าเซลล์ปกติ

ดร.อลิซาเบท แบล็ค เบิร์น ได้ทำการศึกษา ทดลองโดยให้อาสาสมัคร ๓๐ คนฝึกเจริญสติ ในสถานที่ฝึกสมาธิในรัฐโคโลราโด วันละ ๖ ชั่วโมง นานต่อเนื่อง เป็นเวลา ๓ เดือน วิธีการ คือ การทำจิตให้รู้ตัวทั่วพร้อม อยู่กับปัจจุบันขณะด้วยการเฝ้าดู ลมหายใจ และ การเจริญเมตตาภาวนา

หลังจากสามเดือนผ่านไป เธอพบว่า การทำงานของเอนไซม์เทโลเมอเรส ของอาสาสมัครทำงานได้ดีขึ้น โดยเฉลี่ยถึง ๓๐ เปอร์เซ็นต์ ทั้งยังเพิ่มปริมาณการหลั่งเอนไซม์ ดังกล่าวขึ้นด้วย ซึ่งเป็นปัจจัยที่ เอื้อต่อการชะลอวัย และ การมีอายุยืน

ยิ่งวิทยาศาสตร์เจริญก้าวหน้ามากเท่าไหร่ ยิ่งจะช่วยพิสูจน์คำสอนของพระพุทธเจ้า ได้ชัดเจนมากขึ้นเท่านั้น เรื่องนี้เป็นเรื่องใหม่ที่น่าสนใจ ความเข้าใจเรื่อง ทีโลเมียร์นี้ จะทำให้นักวิทยาศาสตร์ค้นพบต่อไป ถึงการทำให้คนอายุยืนขึ้นได้

คำบรรยายของ ดร. อลิซาเบท แบล็คเบิร์น ใน https://youtu.be/5PU_jZwt8KY (มี ๓ Part)

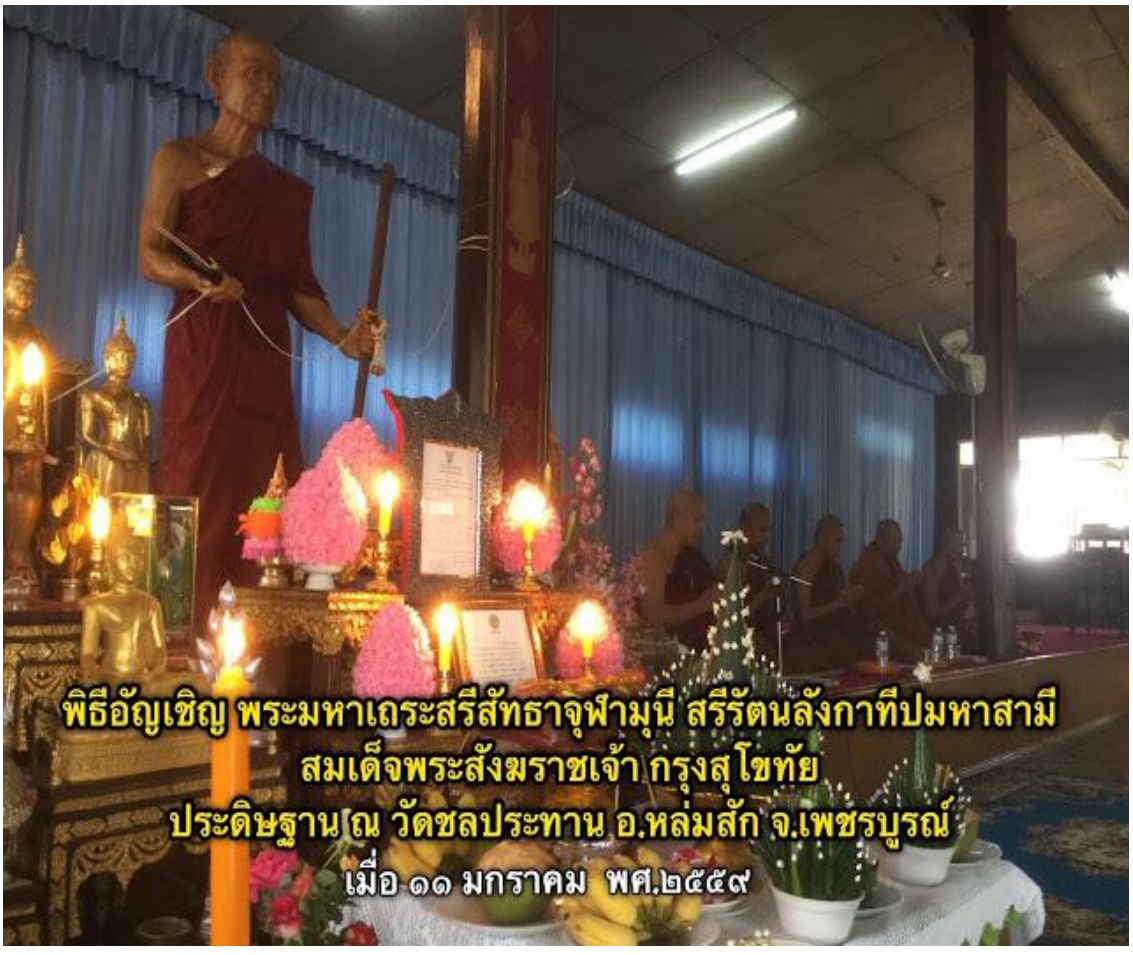
ในกรณีนี้ ได้สอนไปแล้วในช่วงพรรษา ที่ผ่านมา (๗ ก.ค. – ๑๐ ต.ค. ๒๕๕๘) เรื่อง RNA-DNAในพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงสอน วิธีปฏิบัติในการรักษาโรคที่ได้ผลจริงไว้ด้วย เรียกว่า "ธรรมโอสถ" (ธรรมะ แปลว่า ที่ตั้ง .... โอสถ แปลว่า ยารักษาโรค = ที่ตั้งแห่งการรักษาโรค)

ซึ่งได้นำหลักฐานจากพุทธพจน์ มาเทียบกับฟิสิกส์การ แพทย์ปัจจุบัน โดยแสดงให้เห็นถึงการทำงาน ของ RNA ที่เปลี่ยนแปลง และ สร้างโครโมโซมตัวใหม่ และ ยังสามารถ Bypass DNA สายพันธุกรรมได้ด้วย (มีSlide) พร้อมทั้งมี พยานหลักฐาน ตัวอย่างผู้ปฏิบัติที่หายจากโรคมะเร็ง โรคหัวใจ และ โรคร้ายอื่น ๆ ได้ผลจริง

จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค" ที่พระพุทธองค์ทรงถ่าย

ทอดไว้มีประโยชน์ยิ่ง ได้ผลจริงและก้าวหน้ากว่าฟิสิกส์การแพทย์ปัจจุบันกว่า ๒,๕๕๘ ปี สมดั่งที่พระพุทธดำรัสที่ตรัสว่า "**เอกมคฺโค**...เป็นหนทางเดียวไม่มีทางสายอื่น" ดังนี้ ฯ

ประมวลภาพพิธีต่างๆ



โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิตและหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต ประจำปี ๒๕๕๙ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น ๒๐ เมษายน - ๔ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ณ วัดชลประทาน อ. หล่มสัก จ. เพชรบูรณ์ เครดิตภาพ :คุณสันต์

โครงการปฏิบัติวิปัสสนาธรรมฐาน
๒๐ เมษายน - ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙

รอก~สินต์
21:10
รอก~สินต์
พอจ พูดวันแรก
กำลังสอนเรื่องกา
รสวดมนต์ ครับ
21:11

ขออนุโมทนาบุญ พระอาจารย์ธรรมบาล ที่เผยแผ่วิชชาความรู้ และการปฏิบัติแก่พระสงฆ์ด้วยความตั้งใจ สาธุครับ
20:37
วันนี้สอนการร้อยประคำแก่พระผู้มาปฏิบัติครับ
20:38
20:52
tim motocross
กราบ
20:53
tim motocross
สาธุเจ้าคะ
20:53
พระรูปนี้ท่านตั้งใจมากครับ 1 ชั่วโมงผ่านไปเพิ่งได้ 1 กอง
20:54
20:54

๑๐ – ๑๒ มิถุนายน ๒๕๕๙ ขอนแก่น

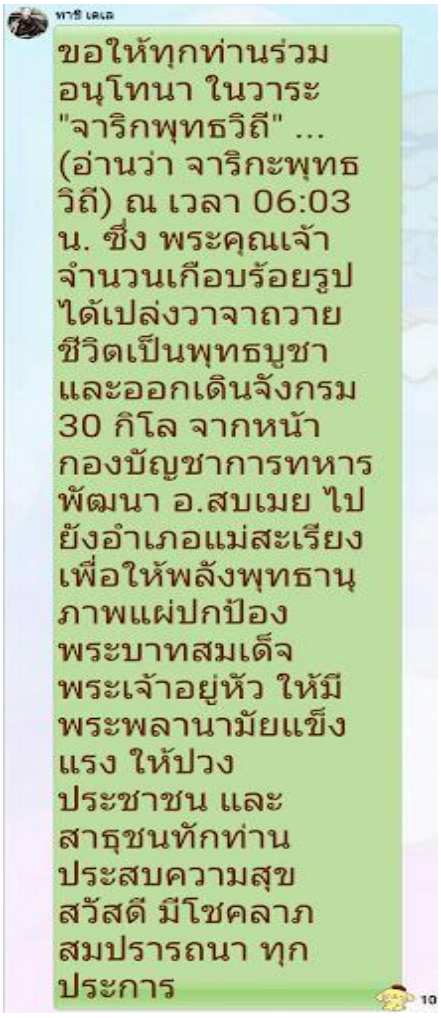
@หาชิ เดเล
2 hours ago

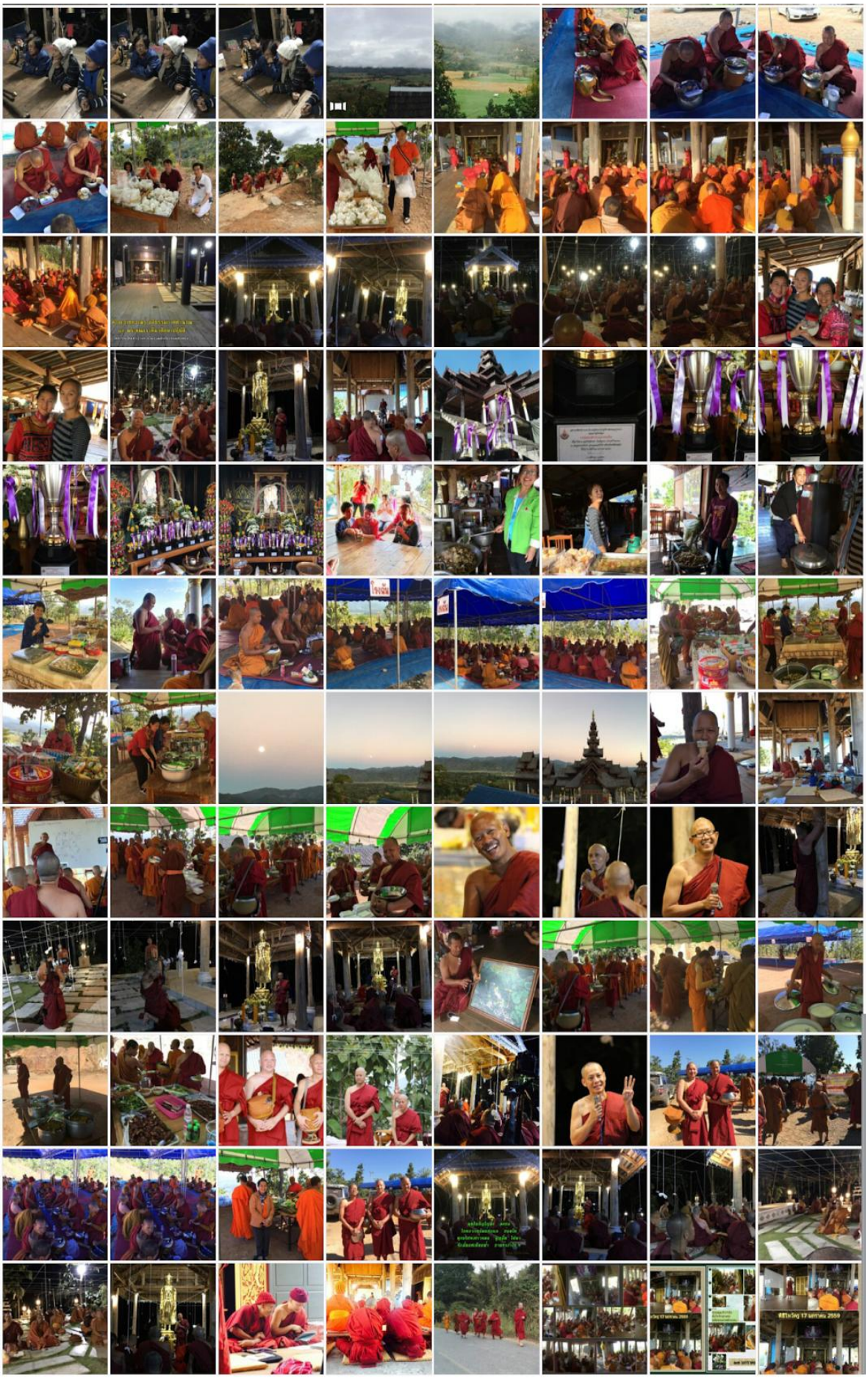
ในวันที่ ๑๐-๑๒ มิถุนายน พศ.๒๕๕๙
ที่ผ่านมาได้ทำหน้าที่เผยแผ่ ธรรมะ-
ปฏิบัติ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค"
และ "รัตตัญญุศาสตร์ ภาค
อุปัชฌายสูตร" แก่คณาจารย์
ผู้บริหาร
มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย
เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติชอบตา
มพุทธวิถีหนึ่งเดียว
ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้
าเพื่อสืบต่อพระพุทธศาสนา

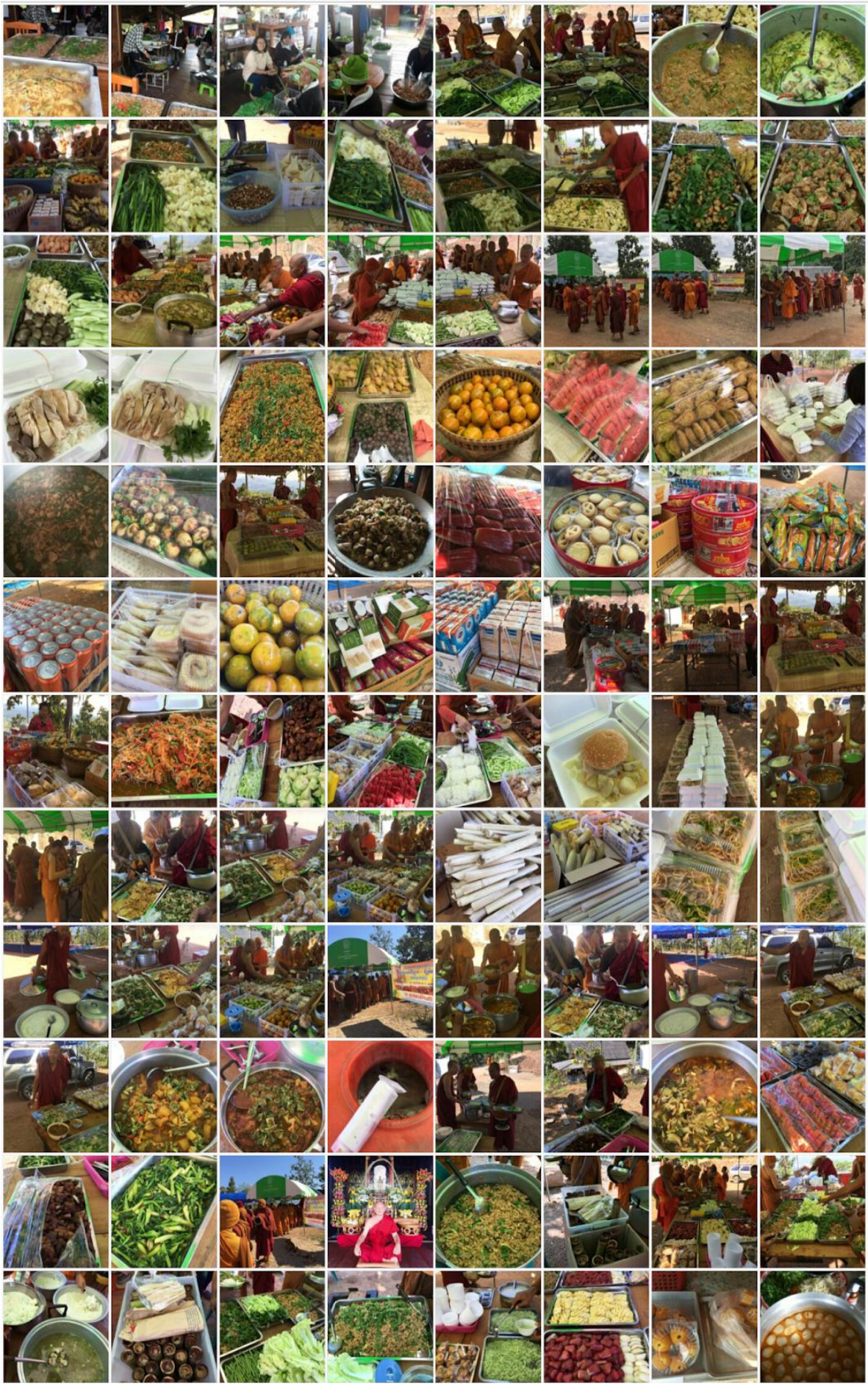
ด้วยอำนาจแห่ง "ธรรมทาน"
อันได้สำเร็จแล้วด้วยใจ.
ขอปวงเทพเทวาทุกชั้นฟ้า
จงอนุโมทนาในมหากุศลนี้
เป็นพลวัตรปัจจัย ส่งเสริมให้
สาธุชนร่วมอนุโมทนา
ได้รับความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบั
ติ สมปรารถนาในสิ่งอันเป็นกุศล
จงถ้วนทุกประการ โดยพลัน
ทั่วกันเทอญ

สอนรัตตัญญุศาสตร์ มจร. ขอนแก่น

ประมวลภาพ อบรมรัตตัญญุศาสตร์ ๒๕๕๙


ขอให้ทุกท่านร่วมอนุโทนา ในวาระ "จาริกพุทธวิถี" ... (อ่านว่า จาริกะพุทธวิถี) ณ เวลา 06:03 น. ซึ่ง พระคุณเจ้าจำนวนเกือบร้อยรูป ได้เปล่งวาจาถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา และออกเดินจังกรม 30 กิโล จากหน้ากองบัญชาการทหารพัฒนา อ.สบเมย ไปยังอำเภอแม่สะเรียง เพื่อให้พลังพุทธานุภาพแผ่ปกป้องพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ให้มีพระพลานามัยแข็งแรง ให้ปวงประชาชน และสาธุชนทักท่านประสบความสุข สวัสดี มีโชคลาภ สมปรารถนา ทุกประการ





"คำอธิษฐาน" จะเกิดผลเป็นจริง ชนิดสัมผัสได้นั้นจะต้องเกิดจาก พฤติแห่ง **"ปาก กับ ใจ ต้องออกมาเป็นเสียงหนึ่งเดียวกัน"** เพื่อใช้เปล่งวาจาถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา เปลี่ยน ชีวิตเราชีวิตของผู้จะอธิษฐานนั้นเป็น "พุทธบุตร" เสียก่อน จึงจะอธิษฐานได้ผล ๑๐๐% ถ้าปากใจไม่ตรงกัน = ขาดสัจจะ (คือขาดองค์ประกอบ สัจจะ+อธิษฐาน) ยังไง ๆ ก็สำเร็จยาก

Buddhism, Whoever desires to study and practice the Dhamma may do so without having to profess first the Buddhits religion, will help to demonstrate that it is "truth" that will be beneficial and bring happiness in the present life.

พระพุทธศาสนา ใครจะมาศึกษาปฏิบัติก็ได้ ทั้งนั้น โดยไม่ต้องมานับถือก่อน, ทั้งนี้ เพราะแสดงธรรม ที่เปิดทางให้พิสูจน์ได้ว่าล้วน เป็น "สัจจะ" (ความจริง) ที่เป็นประโยชน์ต่อการ ดำรงชีวิตในปัจจุบัน

The essence of entire Buddhist teachings lines in the Noble Truths.

สัจจะ ถือเป็น หลักสำคัญอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธศาสนา คือ "อริยสัจจ"

Noble Truth (Ariya-Sacca) is shot for อริยสัจจ หมายความว่า...

"Truth of the ones (or of those who have attained a high degree of advancement)"

สัจจะของผู้ประเสริฐ (หรือ ผู้ที่ได้รับการพัฒนาจนเจริญแล้ว) หรือ

"Truth attainable by the noble ones" สัจจะที่ผู้ประเสริฐพึงต้องรู้ หรือ

"Truth by which one is ennobled" สัจจะที่ทำให้เป็นผู้ประเสริฐ"

หากจำกัดความหมายให้กระชับสั้น ๆ ก็คือ **สัจจะอันประเสริฐ**นี่คือคำตอบที่เป็นคำอธิบายว่า "เหตุใด ผู้ปฏิบัติ สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จึงต้องเริ่มต้นด้วย "สัจจะ" ก่อนอื่นใด

พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ชัดเจน ว่า "ปลูกพืชเช่นใด ย่อมได้รับผลเช่นนั้น" การเริ่มต้นด้วยสัจจะ คือการปลูกเมล็ดของ "ความจริง (สัจจะ)" ลงไป เพื่อที่จะก้าวไปสู่ "สัจจธรรม = การดำรงอยู่ด้วยความสุข อันประเสริฐอย่างจริงแท้ที่ไม่แปรเปลี่ยน ด้วยเวลา สถานที่ ภพภูมิ ไม่ว่า มรณะ โศกปริเทวะ ทุกข์ทั้งหลายทั้งปวง จะแทรกเจ้าไปได้ ซึ่งเป็นสภาวะความสุขเหนือสุขใดๆ จะเปรียบปานได้ เป็นสภาพแห่งความสุขจริงแท้อันประเสริฐ นั่นคือ "พระนิพพาน"

พระพุทธศาสนา มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน อันเป็นสภาวะที่เหนือกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ และกาลเวลา มีศัพท์เฉพาะว่า "อริยสัจจะ" (อริยะ แปลว่า สว่าง แจ้ง.... สัจจะ แปลว่า ประเสริฐ จริงแท้) ปราศจากมลทินทั้งปวง เส้นทางไปสู่พระนิพ-พาน เรียกว่า อริยมรรค (อริยะ แปลว่า แสงสว่าง ... มรรค แปลว่า เส้นทาง)

ผู้ที่จะเดินทางไปบนเส้นทางแห่งความจริงแท้ (คือพระนิพพาน) จึงจำเป็นต้องฝึกให้เป็น ผู้ที่ประกอบไปด้วย "ความจริง" ด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ที่จะเข้าเป็น "พุทธ

ศาสนทายาท" จะต้องได้รับการฝึกฝน อย่างเข้มข้นในเรื่องของ "สัจจะ" จนกลายเป็นหนึ่งเดียวกับชีวิตของตน ดังจะเห็นตัวอย่างได้ง่ายๆ จากพระสงฆ์ของพระพุทธศาสนา คนทั่วไปในยุคปัจจุบันเมื่อมองเห็น "พระ" ก็ต่างจะคิดว่าการเป็น "พระ" นั้นง่ายมากแค่โกนหัวเข้าวัดบวชก็เป็นพระได้ นั่นเป็นความเข้าใจที่ผิดอย่างยิ่ง

เพราะคำว่า **"พระ"** มาจากคำว่า "พร (อ่านว่า พอน) แปลว่า **"ประเสริฐ - เลิศ"** หมายถึง ผู้ที่เข้าถึงความประเสริฐ หรือเลิศกว่าคนธรรมดาทั่วไป เพราะจะต้องเป็นผู้ประกอบด้วย "วาจาสิทธิ์" ที่เมื่อกล่าวคำให้พรแก่ผู้ที่ได้ประกอบทานด้วยเจตนาใดอันผู้ถวายทานนั้นได้ตั้งเจตนาประสงค์ไว้ สิ่งที่ประสงค์นั้น ต้องประสบความสำเร็จ ดัง ปรากฏในพระไตรปิฎกระบุฐานะไว้ชัดเจนว่า "พระ คือปฏิคาหก (ผู้รับทาน) ต้องยังศรัทธาของทายก (ผู้ถวายทาน) ให้สำเร็จสมดั่งเจตนา ที่ปรารถนานั้น"

คำถามจึงเกิดขึ้นว่า "ทำอย่างไร เจตนาหรือสิ่งประสงค์ของผู้ถวายทานนั้น จะเป็นจริงตามปรารถนา โดยคำให้พรของ "พระ" ได้

คำตอบคือ "พระ จะต้องเป็นผู้ที่มีวาจาสิทธิ์"

ก็มี**คำถาม**อีกว่า "พระจะมีวาจาสิทธิ์ได้อย่าง ไร"

คำตอบคือ "ต้องมีวาจาสิทธิ์ และสามารถอธิษฐาน ให้สิ่งซึ่งผู้ถวายทานปรารถนานั้นให้เป็นจริงได้" (ไม่ใช่เพียงรับทานแล้วก็ผ่านไป ส่วนผลบุญที่ผู้ถวายทานจะได้รับชาติหน้าหรือเมื่อไรก็แล้วแต่เวรกรรม...มันไม่ใช่อย่างนั้น) ดังนั้น การบวชเพื่อที่จะเป็น "พระ" จึงไม่ใช่เรื่องง่ายๆอย่างที่คิด

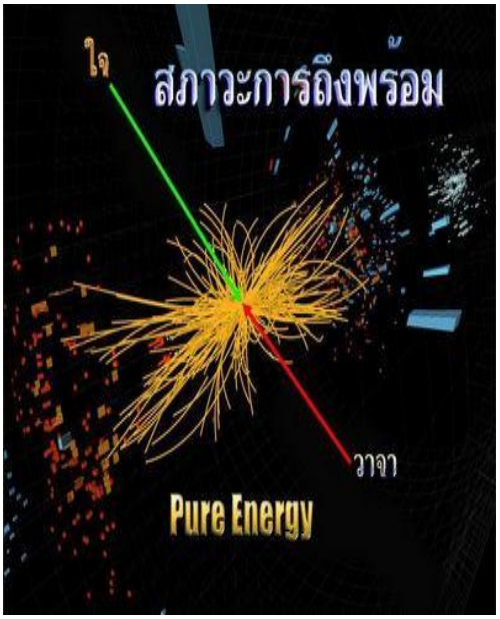
ทีนี้เราลองมาดูกันว่า จริง ๆแล้วการจะเป็น **"พระ"** มีขั้นตอน และวิธีปฏิบัติอย่างไร ? เราจะเห็นได้ว่า .... ในสมัยโบราณ ผู้จะบวชจะต้องไปอยู่วัด เพื่อฝึกฝนก่อนบวชอย่างน้อย ๆ ก็เป็นเดือน ๆ ถามว่าฝึกอะไร ? ถ้ามองภายนอกก็จะเห็นเพียงว่า ไปฝึกขานนาค ฝึกสวดมนต์

แต่ความจริงแล้ว จะต้องฝึกสมาธิขั้นปริตะ หรือ "ปริกรรม" คือ "การฝึกให้วจีสังขาร (การเปล่งเสียงจากปาก) กับเสียงของใจ ให้ตรงกัน ทั้งนี้เพื่อใช้ในการ "กล่าวสัจจะวาจา" เพื่อขออุป สมบท (ไม่ใช่เปล่งเสียงนั่นเป็นการขอบรรพชา=บวชเณรเรียกว่า "เปล่งวาจาขอบรรพชา") การฝึกปากกับใจให้ตรงกัน ก็คือ การขออุปสมบทด้วย "ใจ" (เพราะพระเป็นด้วยใจ) และคำที่เปล่งต้องเป็นสัจจะวาจา (คือตอบคำถามเช่นว่า มนุโสสิ .....คุณเป็นมนุษย์ ใช่ไหม? ต้องตอบจากใจว่า “อามะภัณเต...ใช่ครับ" เป็นต้น) จากนั้นคณะสงฆ์ ก็จะประกาศรับผู้อุปสมบทนั้นเข้าหมู่ เรียกว่า "สมมุติสงฆ์" ตอนนี้ก็ยังไม่ได้เป็น "พระ" เพราะยังให้ "พร" ไม่ได้ เพราะพระเป็นที่ "ใจ" ต้องไปฝึกใจด้วยสมาธิต่ออีก

การฝึกใจ ของผู้ที่อุปสมบทเป็นสมมุติสงฆ์แล้ว จะก้าวขึ้นสู่สภาวะความเป็น "พระ" จะต้องฝึกขั้นภาวนา เพื่อใช้ในการ "อธิษฐาน" โดยเริ่มฝึก "กำหนดจุด (เป้าหมาย)" เรียก ว่า"**พินทุ**" จากนั้น จึงอธิษฐาน ซึ่งต้องทำสมาธิอธิษฐานทุกชิ้น ไม่ว่าจะเป็นผ้านุ่ง ผ้าห่ม บาตร แม้แต่การอยู่อาศัย ที่เรียกกันว่า "**อธิษฐานพรรษา**" (ผู้ที่อธิษฐานพรรษาไม่ได้ ก็ไม่มีพรรษา เป็นเพียงผู้อุปสมบทนานกี่ปี แต่ไม่มีพรรษา....เพราะจะได้พรรษาก็โดย "**สัจจะอธิษฐาน**" เท่านั้น)

ผู้อุปสมบทจะต้องฝึก "สัจจะอธิษฐาน" โดยอยู่กับผู้อุปสมบทอื่นจึงเรียกว่า คณะสงฆ์ (สงฆ์แปลว่า หมู่) เพราะไปไหนต้องไปเป็นหมู่ เมื่อฝึกจนสามารถมีวาจาสิทธิ์โดยอำนาจแห่งสมาธิสัจจะอธิษฐาน มีกำหนดต้องฝึกอยู่กับอุปัชฌาอาจารย์ ๕ พรรษา ซึ่งแน่ละ เมื่อฝึกปฏิบัติภาวนาสมาธิ วาจาสิทธิ์อธิษฐาน ถึง ๕ ปี ย่อมสามารถมีพลังสมาธิที่จะ

อธิษฐานให้ สิ่งที่ญาติโยมผู้ถวายทานปรารถนานั้น เป็นจริงได้สมเจตนา นั่นแหละ จึงเรียกว่า "พระ" เพราะให้พรแล้ว พรหรือสิ่งประเสริฐนั้นเกิดขึ้นจริง ตามวาจาที่ให้พร จึงเรียกว่า "พระ" จากนั้นจึงจะออกจาริกไปองค์เดียวได้ ดังพุทธดำรัสว่า "ภิกษุทั้งหลายเธอจงจรจาริกไป แต่อย่าไปทางเดียวกันสองรูป..."



จะเห็นได้ว่า นับแต่เริ่มเข้ามาเป็นมีเจตนาอุปสมบท จนกระทั่งเป็นสมมุติสงฆ์ และก้าวขึ้นสู่ความเป็นเป็น"พระ" สิ่งสำคัญคือ "สัจจะ" เป็นหลักใหญ่ เพราะสัจจะคือองค์มรรค เรียกว่า "มรรคสัจจะ" แปลว่า เส้นทางสู่ความจริงแท้ อันมีเป้าหมายคือพระนิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา นั่นเอง

สำหรับผู้ไม่ได้อุปสมบท (บวช) ก็เป็นพระได้ เพราะ "พระเป็นที่ใจ" หากผู้นั้นได้ปฏิบัติตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค" ตามขั้นตอน ทั้ง "ปริกรรม" และ "ภาวนา" ก็เป็น "พระ" ได้ ดังปรากฏ ฆาราวาสที่สำเร็จเป็น "พระอริยบุคคล" ทั้งอุบาสก อุบาสิกา (ชาย หญิง) มากมาย ไม่ใช่เป็นพระได้เฉพาะผู้ที่บวชเท่านั้นด้วยพลัง แห่งสภาวะความถึงพร้อมของ วาจา+ใจ คำกล่าวนั้นจึงเรียกว่า "สัจจอธิษฐาน" ยังผล ให้สิ่งอันกำหนดด้วยสภาวะดังกล่าว จึงเกิดขึ้น และเป็นจริง โดยไม่แปรเปลี่ยนไปด้วย กาล (Time) เทศะ (สถานที่=Space) แม้จะผ่านมิติกาลเวลาไปเนิ่นนานเพียงใด อยู่ในภพภูมิไหน ๆ ก็มิอาจแปรเปลี่ยน ลบล้าง "คำสัจจอธิษฐาน" ได้ทั้งสิ้น และทั้งหมดที่กล่าวมาตั้งแต่ต้น จนอักษรใกล้ตัวสุดท้ายนี้ คงช่วยไขปริศนา ข้อกังขา ในเรื่อง “สัจจะ อธิษฐาน " ของสาธุชนทั้งหลายได้

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ ความเจริญก้าวหน้า ในธรรมะ-ปฏิบัติ ตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ความสมบูรณ์ด้วยลาภ โชค โภคทรัพย์ สมปรารถนาในสิ่งอันเป็นกุศล จงบังเกิดผลโดยพลัน แก่สาธุชนทุกท่าน ดั่ง "ใจอธิษฐาน" ทุกประการ
เทอญ เจริญพร

(๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๕)

เหตุอัศจรรย์ในวันมาฆบูชา ๔ ประการ

๑. เป็นวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ ดวงจันทร์เสวยมาฆะฤกษ์ (วันเพ็ญเดือน ๓)

๒. พระภิกษุ ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมโดยมิได้นัดหมาย

๓. ภิกษุเหล่านั้นเป็นพระอรหันต์ผู้ได้อภิญญา ๖ ทั้งหมดไม่มีภิกษุผู้เป็นปุถุชน หรือพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามีแม้สักรูปเดียวมาประชุมในครั้งนี้

๔. พระภิกษุทั้งหมด เป็นผู้ที่ได้รับการบวชแบบเอหิภิกขุอุปสัมปทา ซึ่งพระบรมศาสดาทรงประทานการบวชให้

พระอรหันต์จำนวน ๑,๒๕๐ รูป ที่เข้าร่วมสันนิบาตในครั้งนี้ แบ่งเป็น ๒ กลุ่ม ด้วยกัน คือ

กลุ่มที่ ๑ คณะพระภิกษุอดีตชฎิล ๓ พี่น้อง มีท่านอุรุเวลกัสสปะเป็นหัวหน้า และบริวารทั้งหมด ๑,๐๐๐ รูป

กลุ่มที่ ๒ คณะที่เป็นบริวารของพระสารีบุตร และพระโมคคัลลานะ มีจำนวน ๒๕๐ รูป รวมทั้งปวงเทพเทวาเทวดาพรหม ทุกชั้นฟ้า มากมายหลายโกศจนมิอาจนับจำนวน ต่างลงมาอำนวยอวยชัยสาธุการ แด่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า และอรหันตเถรเจ้าผู้ทรงอภิญญาทั้งหลายนั้น

การที่มีพระภิกษุจำนวนถึง ๑,๒๕๐ รูป มาเป็นองค์ประชุมสันนิบาตในครั้งนี้ มีส่วนสำคัญอย่างยิ่ง ต่อการปักหลักพระพุทธศาสนา โดยเริ่มจากแคว้นมคธ ซึ่งเป็นศูนย์กลางในการเผยแผ่ เพราะเป็นแคว้นใหญ่ที่สุดในอินเดียสมัยก่อน เป็นแหล่งรวมความเจริญในทุกด้าน และมีเจ้าลัทธิต่าง ๆ แข่งขันกันเรียกความศรัทธา ความเชื่อ จากประชาชนอยู่มากมาย การเผยแผ่พระพุทธศาสนา จึงต้องทำอย่างเต็มที่ โดยอาศัยกำลังจากภิกษุผู้เป็นคนท้องถิ่นของแคว้นนี้เป็นหลักก่อน

นั่นก็คือ พระสารีบุตรซึ่งเมื่อท่านได้บรรลุพระอรหันตผลแล้ว ถือได้ว่าพระธรรมเสนาบดีได้บังเกิดขึ้น ดุจขุนพลแก้วบังเกิดแล้วแก่พระเจ้าจักรพรรดิ โดยท่านจะมาเป็นหัวเรือใหญ่รับสนองนโยบายภารกิจนี้โดยตรง เมื่อการรอคอยของพุทธองค์บรรลุผล จึงทรงทำการประชุมสาวกสันนิบาตทันทีในวันเดียวกันนั้นเอง โดยไม่มีการนัดหมายล่วงหน้า เพราะทรงเห็นว่าถึงเวลาแล้วที่กองทัพธรรมจะต้องเร่งรุดขยายให้ได้กว้างไกลที่สุด ฉะนั้นจำต้องมียุทธศาสตร์ที่เป็นหนึ่งเดียวกัน จึงได้ทรงประทาน "โอวาทปาฏิโมกข์" เพื่อไว้ใช้เป็นแม่บทในการประกาศพระศาสนา

ที่กล่าวมานี้คือความสำคัญแห่งวัน "มาฆะบูชา" ที่พุทธสานิกชนได้ยึดเป็นวันสำคัญ และปฏิบัติสืบต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบันเป็นเวลาเกินกว่า ๑,๕๖๐ ปี ด้วยความมหัศจรรย์อันศุภมหามงคลทั้งหลายได้มาประชุมเป็นหนึ่งเดียวกัน ณ วาระนี้ ดังนั้นจึงเหมาะอย่างยิ่งสาธุชนพึงทำวัตรสวดมนต์ เจริญภาวนา

วันนี้.....โดยเฉพาะกับสาธุชนผู้ปฏิบัติชอบในพุทธวิถี "สติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค" นั้นสำคัญยิ่ง ให้พึงปฏิบัติเริ่มด้วยอานาปานัสติ เมื่อได้ "ปีติ" จึงกล่าวถวายชีวิตและภพชาติ (อิมาหังภัณเต ภควา...) แล้วจึงเริ่มอาปานัสสติ ปูรก(หายใจเข้า) นำไปตั้งไว้ ณ ปถวีธาตุ กำหนดสิ่งที่ปรารถนา เพื่อให้ความเป็นศิริมงคล มาบังเกิดแก่ชีวิตครอบครัว ธุรกิจ การงาน และความเจริญสถาพรสืบไปทั้งในปัจจุบัน และอนาคตกาล และหลังจากถอยจากภาวนาสมาธิแล้ว ให้สวดขอบคุณเทวดา(เทวตานุสติ) จึงจะสมบูรณ์และได้ผล

ขออำนาจแห่งบุญกุศล อันสาธุชนได้ปฏิบัติชอบแล้วด้วย "ใจ" จงดลบันดาลให้สมปรารถนา ก้าวหน้าเจริญในธรรม ทั่วกันทุกท่านเทอญ

(กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙)

เรื่องที่โด่งดังกลางปี ๒๐๑๔ คือ การปล้นธนาคารที่ กวางซู

๑. โจรตะโกนคำแรกเมื่อชักปืนออกมาว่า "ทุกคนอย่าขยับ เงินเป็นของรัฐ แต่ชีวิตเป็นของคุณ"

ทุกคนนอนอย่างสงบบนพื้น ไม่มีใครเสี่ยงชีวิตของตัวเองเพื่อปกป้องเงินของรัฐ เราเรียกสิ่งนี้ว่า **"เทคนิคการเปลี่ยนแนวคิด"**บิดเบือนนิดเดียวความคิดเราก็เปลี่ยนไปไกลแล้ว

๒. ผู้หญิงคนหนึ่งนอนอยู่บนโต๊ะและกำลังจะกรี๊ด ทันใดนั้นโจรตะโกนใส่ผู้หญิงว่า "เรามีวัฒนธรรม ผมมาปล้นแบงก์ ไม่ได้มาข่มขืนคุณ!!" เราเรียกสิ่งนี้ว่า **“การเป็นมืออาชีพ”** ตั้งมั่นในเป้าหมายอย่างเดียวไม่วอกแวก

๓. เมื่อโจรกลับถึงฐานลับ โจรวัยรุ่นที่จบการศึกษาระดับ โท MBA บอกกับรุ่นพี่โจรว่า "เรามานับเงินกันดีกว่า ว่าได้มาเท่าไหร่" แต่รุ่นพี่โจรที่จบเพียงชั้นประถมกล่าวว่า "แกนี่มันโง่มากเลย เงินตั้งเยอะตั้งแยะ จะนับยังไง คืนนี้ทีวีจะบอกเองแหล่ะว่า เราได้มาเท่าไหร่!!" เราเรียกสิ่งนี้ว่า **"ประสบการณ์"** ซึ่งในปัจจุบันประสบการณ์มีค่ามากกว่าใบปริญญามากมายนัก!!!!

๔. เมื่อโจรกลับไปแล้ว รองผู้จัดการจะโทรหาตำรวจที่เบอร์ ๑๙๑ แต่ผู้จัดการธนาคารกลับค้านว่า "เดี๋ยวๆๆ ใจเย็นๆ โจรเอาเงินไปเท่าไหร่ เรามานับกันก่อน แล้วบอกตำรวจว่าโจรเอาไปมากกว่านั้น" เราเรียกสิ่งนี้ว่า "**กินตามน้ำ**"

๕. ผู้จัดการเปรยว่า "นั่นสิ จริงๆแล้วถ้ามีโจรมาปล้นธนาคารทุกเดือนก็ดีสินะ" เราเรียกสิ่งนี้ว่า **"การเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาส"**

๖. วันถัดมา ทีวีทุกช่องออกข่าวกันว่า มีโจรปล้นธนาคาร ๑๐๐ ล้านหยวนแต่ว่าโจรที่ปล้นไปนับแล้วนับอีก ไม่ว่าจะนับกี่รอบ ก็นับได้แค่ ๒๐ ล้านหยวนเท่านั้น โจรโกรธมากแล้วพูดว่า "เราเสี่ยงตายและปล้นธนาคารออกมาได้แค่ ๒๐ ล้านหยวน แต่เจ้าผู้จัดการธนาคารแค่มันหัวไวนิดเดียว มันทำเงินได้ถึง ๘๐ ล้านหยวน การศึกษามีดีอย่างนี้นี่เอง" เราเรียกสิ่งนี้ว่า "**ความรู้มีค่ามากกว่าทองคำ**"

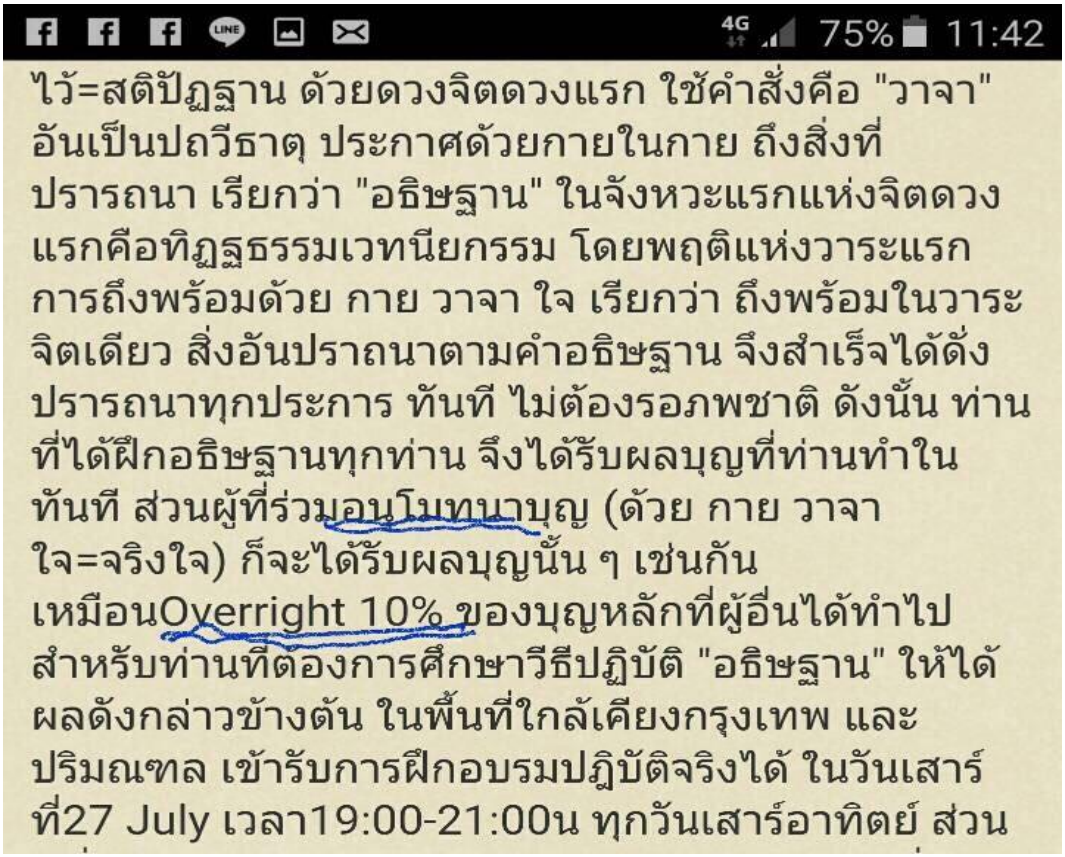
๗. ผู้จัดการธนาคารยิ้มอย่างเริงร่า เพราะว่าอยู่ดีๆเขาก็มีเงินเพิ่มขึ้นถึง ๘๐ ล้านหยวน จากการที่มีโจรมาปล้นธนาคารเขา เราเรียกสิ่งนี้ว่า "**โคตรโกง**" โจรเสื้อนอกร้ายกาจกว่าโจรปล้นแบงก์ยิ่งนัก

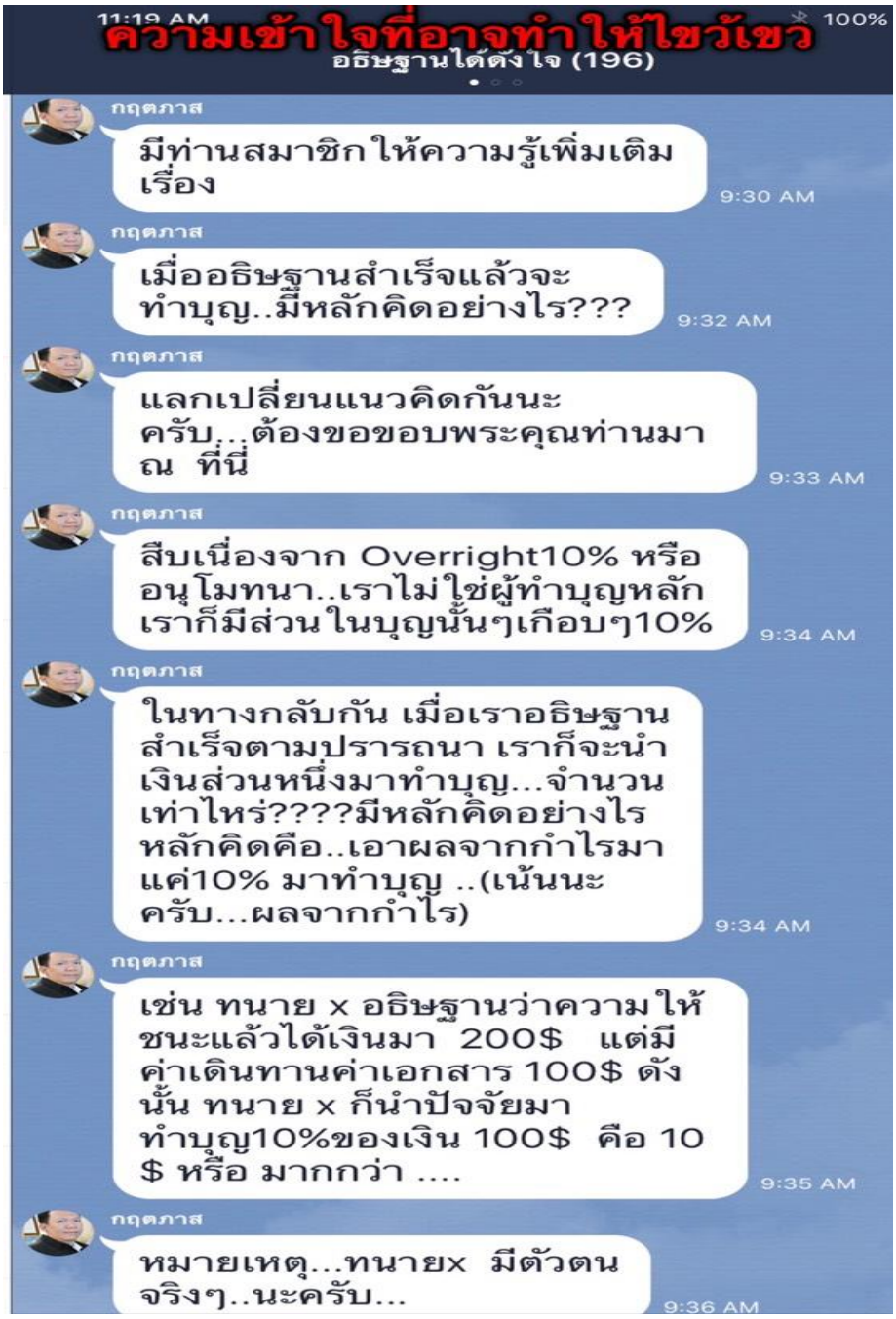
ปรัชญาจากเรื่องเรื่องนี้ มีหลายอย่างให้เราเข้าถึงความจริงที่ว่า **"อย่าเชื่อในสิ่งที่เห็น แต่จงเชื่อในสิ่งที่เป็น และสัมผัสพิสูจน์ได้.."**

:: cr. story - Miss Vivenne

(๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙)

อนุสนธิจาก สมาชิกใน Line ได้ให้คำแนะนำเรื่อง "การอนุโมทนา" จากความเข้าใจของตน ซึ่งได้ไปจับเอาข้อความมาจากเอกสาร แล้วนำมาขยายความเอง


ไว้=สติปัฏฐาน ด้วยดวงจิตดวงแรก ใช้คำสั่งคือ "วาจา" อันเป็นปถวีธาตุ ประกาศด้วยกายในกาย ถึงสิ่งที่ปรารถนา เรียกว่า "อธิษฐาน" ในจังหวะแรกแห่งจิตดวงแรกคือทิฏฐธรรมเวทนียกรรม โดยพฤติแห่งวาระแรกการถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ เรียกว่า ถึงพร้อมในวาระจิตเดียว สิ่งอันปราถนาตามคำอธิษฐาน จึงสำเร็จได้ดั่งปรารถนาทุกประการ ทันที ไม่ต้องรอภพชาติ ดังนั้น ท่านที่ได้ฝึกอธิษฐานทุกท่าน จึงได้รับผลบุญที่ท่านทำในทันที ส่วนผู้ที่ร่วมอนุโมทนาบุญ (ด้วย กาย วาจา ใจ=จริงใจ) ก็จะได้รับผลบุญนั้น ๆ เช่นกัน เหมือนOverright 10% ของบุญหลักที่ผู้อื่นได้ทำไป สำหรับท่านที่ต้องการศึกษาวิธีปฏิบัติ "อธิษฐาน" ให้ได้ผลดังกล่าวข้างต้น ในพื้นที่ใกล้เคียงกรุงเทพ และปริมณฑล เข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติจริงได้ ในวันเสาร์ที่27 July เวลา19:00-21:00น ทุกวันเสาร์อาทิตย์ ส่วน



ซึ่งข้อความตามปรากฏนั้น อาจทำให้สาธุชนสับสน และไขว้เขวไปจนเป้าประสงค์ และความจริงแท้ ของการเผยแผ่การปฏิบัติตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ได้ ดังนั้น เพื่อปรับให้ข้อมูลตรงกับความเป็นจริง จึงได้บรรยายให้ท่านสาธุชนทั้ง ได้สดับข้อมูลที่ถูกต้อง ดังนี้

เจริญพร คุณกฤตภาส จากที่ข้อความที่คุณ Post นั้นอาจจะทำให้สาธุชนหลายท่านเข้าใจผิดวัตถุประ สงค์ ในการเผยแผ่ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ว่า มีเป้าหมายให้ผู้ปฏิบัติ เมื่อได้ผลจะต้องแบ่งกำไร มาทำบุญ 10% ซึ่งการนำเสนออย่างนี้ไม่ถูกต้อง

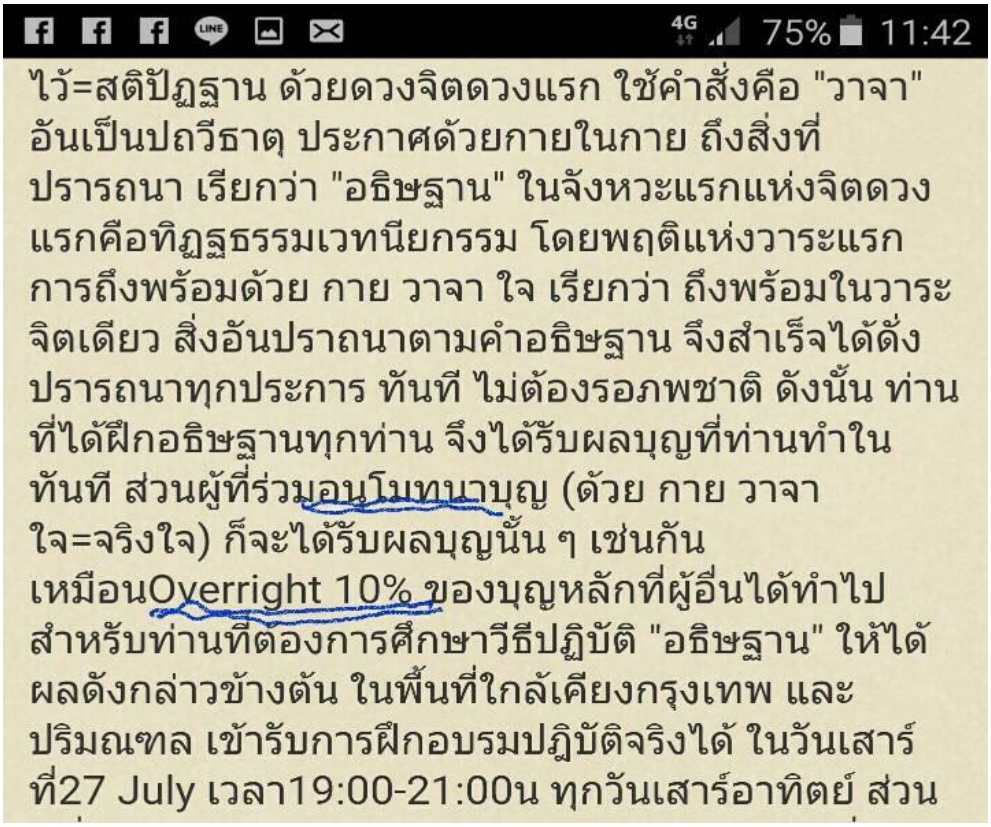
เพราะความเป็นจริง และเป้าประสงค์ในการเผยแผ่ ไม่ได้ต้องการให้ใครก็แล้วแต่

ที่ปฏิบัติ แล้วอธิษฐานได้ "จะต้องแบ่งกำไรมาทำบุญทุกครั้ง ทุกรายไป"

แต่ต้องการให้สาธุชนทุกท่าน "พ้นจากทุกข์หยาบ = หนี้สิน (ซึ่งเรียกว่า หนี้กู้)" ภาระ ทุกข์ภายนอกทั้งหลาย ให้หมดไปสิ้นเชิง จะได้มีเวลามาปฏิบัติ เพื่อปลด "หนี้กรรม" ไปสู่พระนิพพาน

ไม่ใช่เผยแผ่สั่งสอนเพื่อหวังผลได้ โดยแบ่งเปอร์เซ็นต์จากผลกำไร ที่สอนให้เขาอธิษฐานได้ เรื่องทำบุญใครจะทำ ไม่ทำ ทำวัดไหน กับใคร เป็นเรื่องของปัจเจกบุคคล ผลบุญใครทำใครได้ แต่บุญสูงสุดคือการปฏิบัติชอบ ในพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" เท่านั้น

ได้เคยกล่าวไว้ในการสอน ปรากฏตาม Clip ต่าง ๆ เป็นการเปรียบเทียบ. "เรื่องการอนุโมทนาบุญ" ว่า เปรียบในยุคปัจจุบัน ก็เหมือนการ "Override" ของ MLM คือ เราบอกให้ใครปฏิบัติ เมื่อเขาทำได้สำเร็จ เราก็จะ "ได้รับผลบุญจากการอนุโมทนา"



เช่น เขาอธิษฐานสำเร็จ ๑ ล้าน ให้รู้เลยว่า เราอธิษฐานในยอด ๑ แสน ได้แน่ๆ เพราะ ได้รับพลังจากการอนุโมทนาบุญของผู้ที่ทำสำเร็จแล้ว ๑ แสน (ไม่ใช่คนที่อธิษฐานได้ เอาเงินมาให้ ๑ แสน) อย่าเข้าใจความหมายผิด หรือไขว้เขวไป จะทำให้เกิดปัญหา เพราะไม่ตรงตามเป้าหมายที่แท้จริง ดังที่กล่าวไว้ในเบื้องต้น

ดังนั้นยิ่งเราเผยแผ่ให้ธรรมทาน โดยมีเจตนาให้คนพ้นทุกข์ได้ผลจริงมากเท่าไร เราก็ยิ่งได้ความสุขเป็นทวีคูณเท่านั้น และยิ่งเผยแผ่มาก ๆ "เพียงแค่นึกสิ่งที่ปรารถนาก็สำเร็จแล้ว"

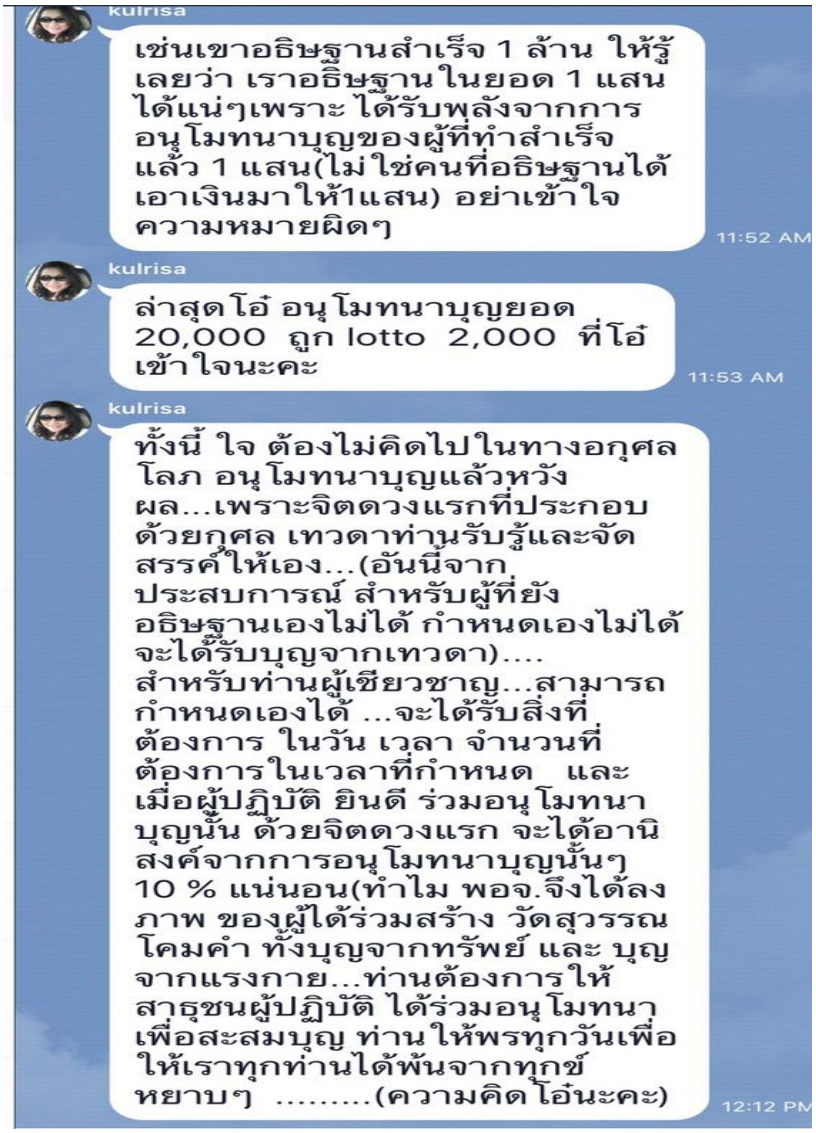
พระพุทธองค์จึงทรงยกย่องการเผยแผ่ (การให้ธรรมเป็นทาน=แนะนำ สอนวิธีปฏิบัติเพื่อให้เขาพ้นทุกข์) ไว้สูงกว่าการให้ทั้งปวง ดังมีพระบาลีว่า

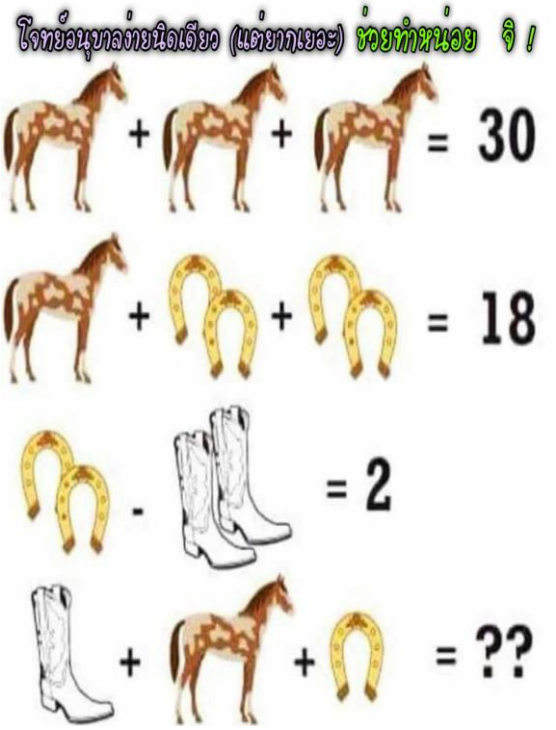
... สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ ฯ ...การให้ธรรมทาน เหนือการให้ทั้งปวง ฯ

ขอความผาสุขสวัสดี เจริญในธรรมจงบังเกิดมีแด่สาธุชนทุกท่าน โดยทั่วกัน สาธุชนที่สงสัยเรื่องอานิสงค์การอนุโมทนา อ่านละเอียดที่

http://seealots.blogspot.com/2015/05/blog-post.html?m=1

ขออนุโมทนา กับตัวอย่าง ความคิดเห็นที่ถูกต้องของคุณ Kulrisa เรื่องอานิสงค์ที่ผู้อนุโมทนาบุญได้รับ


kulrisa
เช่นเขาอธิษฐานสำเร็จ 1 ล้าน ให้รู้เลยว่า เราอธิษฐานในยอด 1 แสน ได้แน่ๆเพราะ ได้รับพลังจากการอนุโมทนาบุญของผู้ที่ทำสำเร็จแล้ว 1 แสน(ไม่ใช่คนที่อธิษฐานได้เอาเงินมาให้1แสน) อย่าเข้าใจความหมายผิดๆ
11:52 AM
kulrisa
ล่าสุดโอ๋ อนุโมทนาบุญยอด 20,000 ถูก lotto 2,000 ที่โอ๋เข้าใจนะคะ
11:53 AM
kulrisa
ทั้งนี้ ใจ ต้องไม่คิดไปในทางอกุศล โลภ อนุโมทนาบุญแล้วหวังผล...เพราะจิตดวงแรกที่ประกอบด้วยกุศล เทวดาท่านรับรู้และจัดสรรค์ให้เอง...(อันนี้จากประสบการณ์ สำหรับผู้ที่ยังอธิษฐานเองไม่ได้ กำหนดเองไม่ได้ จะได้รับบุญจากเทวดา)....
สำหรับท่านผู้เชียวชาญ...สามารถกำหนดเองได้ ...จะได้รับสิ่งที่ต้องการ ในวัน เวลา จำนวนที่ต้องการในเวลาที่กำหนด และเมื่อผู้ปฏิบัติ ยินดี ร่วมอนุโมทนาบุญนั้น ด้วยจิตดวงแรก จะได้อานิสงค์จากการอนุโมทนาบุญนั้นๆ 10 % แน่นอน(ทำไม พอจ.จึงได้ลงภาพ ของผู้ได้ร่วมสร้าง วัดสุวรรณโคมคำ ทั้งบุญจากทรัพย์ และ บุญจากแรงกาย...ท่านต้องการให้สาธุชนผู้ปฏิบัติ ได้ร่วมอนุโมทนาเพื่อสะสมบุญ ท่านให้พรทุกวันเพื่อให้เราทุกท่านได้พ้นจากทุกข์หยาบๆ .....(ความคิดโอ๋นะคะ)
12:12 PM



ผู้ปฏิบัติ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ในขั้นของการอธิษฐาน ให้เกิดผลเป็นจริงตามปรารถนา ได้ทุกครั้งนั้น สิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือ

๑. การ "ฝึกนิมิต" หรือ "ภาพ Image" ที่เราปรารถนาจะให้เป็น ให้เกิดขึ้นให้ภาพนิมิต (Image) ชัดเจน

๒. นำภาพนิมิต (Image) นั้นเข้าไปด้วย "อานาปานัสสติ (ลมหาใจเข้า-ออก) ชั้นแรกอัสสาสะ (เข้า) อย่าให้ภาพนิมิตสับสน เลือนหาย

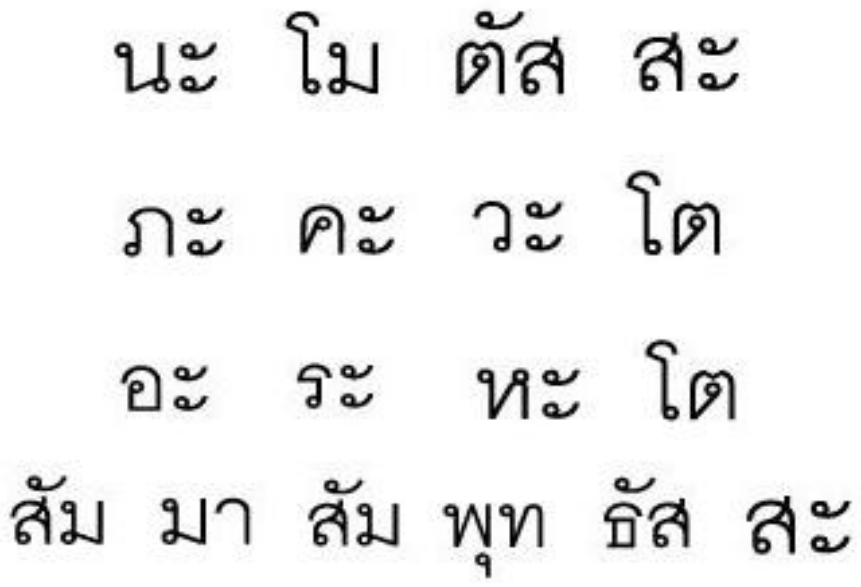
๓. นำภาพนิมิตนั้นไปตั้งไว้ ณ จุดปถวีธาตุ (ระงับอัสสาสะ-ปัสสาสะ) ภาพนิมิตยิ่งต้องชัดแบบแทบสัมผัสได้

๔. เลื่อนภาพนิมิตออกช้าๆ พร้อมลมปัสสาสะ (หาใจออก) ภาพนิมิต (Image) ยังชัดเหมือนเดิม

๕. ที่ตำแหน่งอากาศธาตุ ก่อนลมหาใจสุดท้ายใจจะเคลื่อนออกพ้นปลายจมูก ให้เห็นภาพ สุดท้าย ว่าเราได้รับสิ่งนั้นแล้วจริง ๆ โดยมีอารมณ์ระลึกรู้ประกอบด้วย เปรียบเสมือนเราเริ่มเอาช้อนตักอาหาร แล้วใส่ปาก เริ่มรู้รส จากนั้นจึงจำได้ว่า อาหารนั้นเป็นอะไร อร่อยหรือไม่อร่อย อารมณ์อร่อยประกอบภาพนิมิต จะเป็นสัญญาณไฟฟ้า ที่ส่ง Bypass RNA สั่งการสู่สมองไม่ผ่าน DNA สมองจะแปรสัญญาณนี้เป็น Plasma Energy โค้งงอเส้นเวลา ให้สิ่งที่ปรารถนานั้นเกิดขึ้นจริง แบบที่เราสัมผัสได้

ดังนั้น ถ้า**ภาพนิมิต** (Image) **ไม่ชัด เลือนหาย ตั้งไว้ไม่ได้ ควบคุมนิมิตไม่ได้ ไม่มีอารมณ์ประกอบ สิ่งที่เราปรารถนานั้น ก็จะไม่เกิดขึ้นจริง**

ฉะนั้น **เราจงเริ่มฝึก การควบ คุมนิมิต** (ภาพ Image) **ด้วยแผ่นนะโม ประกอบการหายใจเข้าออก** ด้วยเหตุดั่งนี้



ที่นำภาพโจทย์อนุบาล มาให้คำนวณกัน ก็เพื่อให้ฝึกควบคุมภาพไว้ให้ได้ เมื่อภาพเข้าไปสู่ใจ จะแปรเปลี่ยน สับสน **การควบคุมภาพ** คือ **ควบคุมนิมิต** ที่นำมาเป็นภาพนิ่งไม่เคลื่อนไหว แต่หากเป็นเรื่องของเหตุการณ์ที่เราปรารถนา จะเคลื่อนไหวไปมาพร้อมองค์ประกอบอื่น ดังนั้น การฝึกควบคุมนิมิต จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ในการปฏิบัติ

"สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ที่สามารถกำหนดเหตุการณ์ที่ปรารถนาให้เกิดขึ้นได้จริงนั้น ไม่ ได้พูดเองนะ เป็นพระบาลียืนยันไว้ชัดเจนว่า

จิตฺตน นียติ กาโล ฯ จิต เป็นตัวกำหนดเวลา

จิต คือ เครื่องประกอบ ให้รถเคลื่อนที่ไปได้

ส่วน **"ใจ"** คือ คนขับ ควบคุมรถให้วิ่งไปอีกที ดังนั้นจึงย้ำไว้ชัดว่า "สิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วยใจ

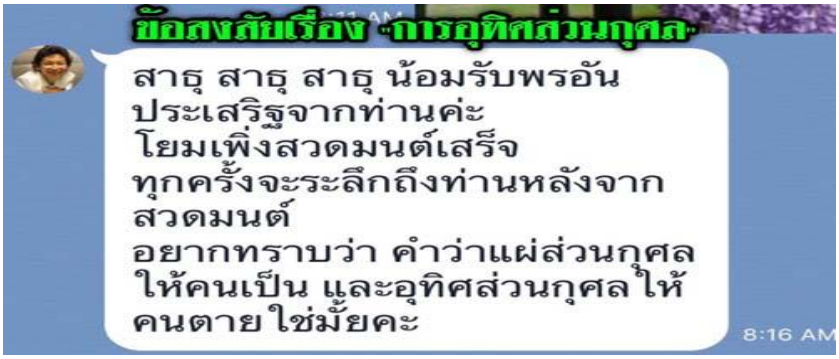
ภาพ ก็เหมือนกล่องที่ใส่ไว้ในรถ **ใจ** คือคนขับ พากล่องไปส่งถึงที่ ที่ต้องการ

นี่คือ คำตอบว่า อธิษฐาน แล้วสำเร็จได้อย่างไร ? ก่อนจะอธิษฐาน เอาให้แน่ซะก่อน ว่าต้องการอะไร ? ไม่ใช่เปลี่ยนไปมา ตลอด จะไม่ได้ผล

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ ความเจริญก้าวหน้า ในธรรมะปฏิบัติ ตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ความสมบูรณ์ด้วยลาภ โชค โภคทรัพย์ สมปรารถนาในสิ่งอันเป็นกุศล จงบังเกิดผลโดยพลัน แก่สาธุชนทุกท่าน ดั่ง "ใจอธิษฐาน" ทุกประการ เทอญ

ไขปริศนา อุทิศกุศล แผ่เมตตา ทำอย่างไรจึงจะได้ผลจริง

สาธุชนผู้ใฝ่ในธรรมปฏิบัติในพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" มีความสงสัยในเรื่อง "อุทิศส่วนกุศล กับ แผ่เมตตา" จะทำอย่างไร จึงจะถูกต้องและได้ผล



ความหมายของคำว่า “แผ่ส่วนกุศล” ส่วนใหญ่ปัจจุบันจะเข้าใจว่า คือการกรวดน้ำ หลัง จากการทำบุญ หรือการแผ่เมตตาหลังจากทำสมาธิ ซึ่งความจริงแล้ว "ถูกต้อง ... แต่ไม่ทั้งหมด !! "เหมือนกับเราเห็นปูนปั้นเป็นรูปเสือ ถ้าถามว่า "นั่นอะไร ?" ก็ต้องตอบว่า. "เสือ" ไม่ได้ตอบว่า "ปูนปั้น" ถ้ามีใครตอบว่า "ปูนปั้น" คนถามก็จะหาว่า ยียวนกวนเกี๊ยะ" ไปโน่น หากถามว่า ที่เขาตอบว่า "เสือ" ทั้งที่เป็นปูนปั้น น่ะถูกไหม ? ส่วนใหญ่ต้องบอกว่า "ถูก" แต่จริงแล้ว "มันไม่ใช่ เสือ มันเป็นปูน ไม่มีชีวิต ทำอะไรไม่ได้ !! " ฉันใดก็ฉันนั้น

การแผ่ส่วนกุศล หรือการแผ่เมตตา ที่ถูกต้อง ผู้ที่จะทำได้ก็จะต้องผ่านการปฏิบัติสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค ขั้นควบคุมธาตุได้ (ธาตุกุศลตาบุคคล) คือ ได้ดวงกสิณ (กสิณ แปลว่า เครื่องยังให้เกิดแสงสว่าง) เมื่อได้แสงนั้นแล้ว จึงนำดวงแสงกสิณ ไป

ปฏิบัติต่อในใต้น้ำ เพื่อฝึกมรณานุสติ-เมตตาพรหมวิหาร (เมตตาเจโตวิมุติ) เพื่อให้เข้าถึงขั้นอัปปมัญญาโพชฌงค์

จากนั้นจึงนำเอาดวงแสงแห่งอัปปมัญญานั้น มาใช้ในการแผ่กระแสเมตตาให้กับเวไนยสัตว์ ไปทั่วทุกจักรวาล หากยังไม่ได้อัปปมัญญา ก็ไม่อาจแผ่เมตตาได้

นี่เป็นขั้นตอนการปฏิบัติ ... แต่ที่เราเรียกกันเองว่า "แผ่เมตตา เช่น สัพเพ สัตตา ... นั่นเป็นรูปแบบเหมือนเสือปูนปั้น ที่กล่าวมาในเบื้องต้นนั้น ย่อมปราศจากผลโดยสิ้นเชิง สรุปคือ หากยังปฏิบัติไม่ผ่านขั้นอัปปมัญญา ย่อมไม่อาจ "แผ่เมตตา" สิ้นเชิง

การให้ส่วนบุญกุศลกับคนเป็น (คนที่ยังไม่ตาย) เรียกว่า "ให้พร" ผู้ให้ต้องมี ศีล หรือ ภูมิธรรมสูงกว่าผู้รับ ด้วยอำนาจอภิญญา สมาธิที่มาจากการปฏิบัติ เช่น พระ (พระ มาจากคำว่า พร อ่านว่า พอน แปลว่าผู้ประเสริฐ) จึงมีการรับพรจากพระหลังจากถวายต่าง ๆ หรือ เป็นบุพการีผู้ให้กำเนิด เช่นพ่อแม่ให้พรลูกเป็นต้น

ต่อไปคือ เรื่องการอุทิศส่วนกุศล (ยกผลของบุญที่เราทำแล้วนั้นให้) คือ "บุญ" ที่เราได้ทำสำเร็จแล้วด้วย กาย วาจา ใจ เท่านั้นจึงเรียกว่า "บุญ" หากไม่ถึงพร้อมองค์ ๓ เรียกว่า “ทำทาน” ไม่ใช่ทำบุญ

สำหรับเรื่องนี้สืบเนื่องจนกลายเป็นประเพณีในยุคปัจจุบันนั้น ปรากฏมีมาแต่ ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ทรงเคยแนะนำพระเจ้าพิมพิสารให้อุทิศส่วนบุญหลัง จากการถวายทาน ปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๖ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๘ ขุททกนิกาย วิมานเปตวัตถุ เถร-เถรีคาถา ติโรกุฑฑเปตวัตถุ ว่าด้วยบุพกรรมของเปรตญาติพระเจ้าพิมพิสาร อันมีเรื่องโดยสรุปว่าคราวหนึ่งพระเจ้าพิมพิสารซึ่งได้ปฏิบัติตามพุทธวิถี สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จนบรรลุเป็นพระอริยบุคคลขั้นโสดาบัน พระเจ้าพิมพิสาร

ได้เกิดศรัทธายิ่งในพุทธานุภาพ จึงได้ถวายเวฬุวนอุทยานแก่พระพุทธองค์เพื่อเป็นพระอาราม คืนนั้นเองได้เกิดเสียงประหลาดน่าสะพรึงกลัว แก่พระเจ้าพิมพิสาร รุ่งเช้าพระองค์จึงไปเข้าเฝ้าพระพุทธองค์เพื่อเล่าเรื่องนี้

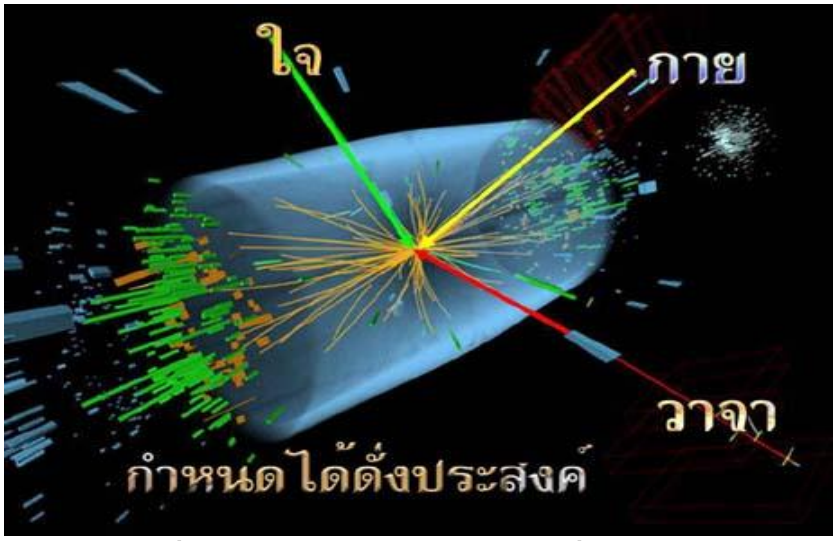
พระพุทธองค์ทรงอธิบายว่า นั่นเป็นเสียงของญาติในอดีตของพระองค์ที่บังเกิดเป็นเปรต และเปรตเหล่านี้พากันมาร้องขอส่วนบุญ เพราะเมื่อวานนี้พระองค์บริจาคทานแล้ว แต่ไม่ได้อุทิศส่วนบุญไปให้ วันรุ่งขึ้นพระเจ้าพิมพิสารจึงอาราธนาพระพุทธองค์ไปรับทานอีกครั้งหนึ่ง เมื่อถวายภัตตาหารและไตรจีวรเสร็จ พระเจ้าพิมพิสารก็อุทิศส่วนบุญให้แก่ญาติทั้งหลาย โดยมีการหลั่งทักษิโณทกหรือกรวดน้ำไปพร้อมกัน ทันใดนั้นอานิสงส์แห่งบุญก็เกิดแก่เปรตทั้งหลาย ทำให้ได้รับทั้งอาหารทิพย์ผ้าทิพย์ ร่างกายอิ่มเอิบ ผิวพรรณผ่องใส

จากเรื่องข้างต้นจะเห็นได้ว่าพระพุทธองค์ทรงเพียงแต่แนะนำให้พระเจ้าพิมพิสาร ซึ่งเป็นอริยะบุคคลชั้นโสดาบัน "อุทิศส่วนกุศล (ผลของบุญ)" ให้แก่ญาติที่ล่วงลับในอดีตชาติ แต่สำหรับปุถุชนผู้ยังไม่บรรลุเป็นพระอริยะบุคคล แต่ได้ปฏิบัติตามพุทธวิถี “สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค” อันเป็นหนทางเดียวไม่มีทางอื่น ที่ไปสู่พระนิพพาน และในขั้นเริ่มต้นของผู้ปฏิบัติ ย่อมผ่านการฝึกฝน ให้กาย วาจา ใจ ถึงพร้อม ด้วย "สติ = ธรรมชาติระลึกรู้อารมณ์+ปิติ+นิมิต" ย่อมเกิดเป็น "ปริกมฺมจิต" ในขั้นอุปจารสมาธิ จึงสามารถสื่อสารด้วยภาษาใจ ไปยังเหล่าเปรต เจ้ากรรมนายเวร และสัตว์ในภพภูมิต่าง ๆ ให้รับรู้ และมารับเอาส่วนกุศล อันได้อุทิศแล้วด้วยใจ นั้นได้

ส่วนการหลั่งทักษิโณทกนั้น เป็นขัตติยะราชประเพณี ที่พระมหากษัตริย์ใช้ในการพระราชทาน หรือกล่าวสัจจาธิษฐานต่อปวงเทพยดาฟ้าดินเป็นพยาน อันจักเปลี่ยนแปลงมิได้ ดังเช่นพระนเรศวรมหาราช ทรงหลั่งทักษิโณทกประกาศเอกราช เป็นต้น (เป็นที่มาของคำว่า **"กษัตริย์ตรัสแล้วไม่คืนคำ ตราบเท่าดินฟ้าสลาย)**

ประเพณีการหลั่งทักษิโณทก (ใช้อุปกรณ์คล้ายที่กรวดน้ำยุคปัจจุบัน) นั้นมีมานานแล้ว พระเจ้าพิมพิสารจึงนำประเพณีนี้มาใช้กับการอุทิศส่วนกุศล จึงกลายเป็นที่มาของการกรวดน้ำ ที่ปฏิบัติหลังจากการถวายสังฆทาน ภัตตาหารแก่พระสงฆ์ กลายเป็นประเพณีของชาวพุทธสืบมาจนทุกวันนี้

เพื่อความเข้าใจกระจ่าง และนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องในฐานะพุทธบริษัทที่ไม่ได้มีภูมิธรรมถึงขั้นอริยบุคคลเหมือนพระเจ้าพิมพิสาร สำหรับการ "อุทิศส่วนกุศล" จะต้องเข้าใจความ หมายของคำว่า "อุทิศส่วนกุศล" ก่อนอื่นต้องเข้าใจว่า "อุทิศ" แปลว่า "ยกให้" คือ "ผลบุญที่เราได้กระทำ สำเร็จแล้วด้วย "ใจ" ย้ำว่า "ด้วยใจ" ไม่ใช่หมายถึงไปทำบุญ ถวายสังฆทาน ภัตตาหารกับพระ คณะสงฆ์ แล้วจะได้บุญ เพราะบุญต้อง "สำเร็จด้วย การถึงพร้อมด้วย " กาย+วาจา+ใจ ในวาระจิตเดียว"



ดังนั้นบุญสูงสุดอยู่ที่การปฏิบัติให้ถึงพร้อม เช่นที่เราปฏิบัติ " สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค” ตั้งลม ระลึกรู้ แม้ได้ชั่วขณะหนึ่ง ที่เกิดความพร้อม ความเพียบพร้อม ถึงพร้อมด้วย องค์สาม คือ กาย วาจา ใจ จะเกิดสัญญาณ ให้เราได้รู้ได้ระลึก คือ สภาวะที่เรียกว่า "ปิติ" (แปลว่า ถึงพร้อม,เพียบพร้อม) การปฏิบัติให้ถึงพร้อมนั้น "เป็นบุญ" ผลที่เกิดจากการปฏิบัตินั้น เรียกว่า "กุศล" ผลที่เกิดนี่แหละที่เรา ใช้ "ใจ" กำหนดภาพผู้ที่เรา

ต้องการยกให้ เช่น ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เป็นต้น ก็จะได้รับผลบุญ หรือที่เรียกว่า กุศลที่เราได้ทำนั้นไปถึงใคร ให้ใคร เจ้ากรรมนายเวรไหน ย่อมได้รับ เพราะ "สิ่งทั้งหลายย่อมสำเร็จได้ด้วยใจ" หากเรานึกระลึก "ปิติ" จากที่เราปฏิบัติไม่ได้ ก็เหมือนกับ เราเองก็ไม่รู้ว่า จะเอาของ อะไรให้ ? และนึกภาพผู้ที่จะให้ไม่ได้ ก็คือ ไม่รู้ว่า จะให้ใคร..สรุปคือ สูญเปล่า ! เป็นชั้นความคิด ปลอบตัวเองว่าได้ให้แล้ว แต่ตามจริงไม่ได้ให้ และไม่มีผู้ได้รับ

ดังนั้น ความสำคัญแห่งการ "อุทิศส่วนกุศล" ต้องได้ "ปิติ+ภาพผู้ที่เราจะให้" ชัดเจน การอุทิศนั้นจึงจะได้ผลสมปรารถนา ซึ่งสามารถสรุปรวมได้ว่า การอุทิศส่วนกุศล หรือ การแผ่เมตตา หากมิได้ปฏิบัติตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" แล้วละก็ ไม่ว่า "บุญ หรือ ทาน ที่ได้ทำไป ยังไงก็ไม่ถึงแก่ญาติมิตร หรือ เจ้ากรรมนายเวร เลย ... เรียกว่า สูญเปล่า เหมือนเอาน้ำตาลไปละลายในทะเล ไม่ได้ช่วยให้ทะเลลดความเค็มลง เพราะนอกจากหนทางแห่งสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค แล้วไม่มีหนทางอื่น นอกเหนือไปจากนี้ ดังมีพุทธพจน์ยืนยันไว้ชัดเจนว่า " **เอกมคฺโค...** เป็นหนทางเดียวไม่มีทางอื่น..."

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ ขอความผาสุขสวัสดี เจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติ สมปรารถนา จงบังเกิดมีแด่สาธุชนผู้ปฏิบัติชอบทุกท่าน โดยพลันทั่วกันเทอญ ฯ

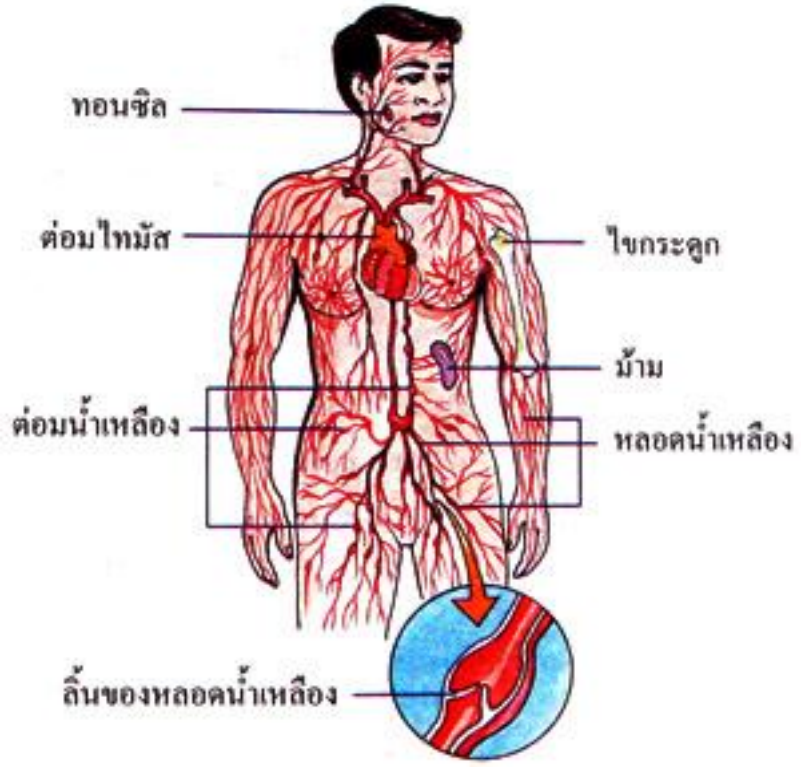
ในการปฏิบัติตามแนวพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ในปฐมบทแห่งการปฏิบัติ คือ อานาปานสติ(สติระลึกรู้ ลมหาใจเข้าและออก) โดยเฉพาะอย่างยิ่งการหายใจเข้าให้ลึกจนสุดถึงตำแหน่งปถวีธาตุ ถามว่าทำเช่นนั้นทำไม ? และทำไมต้องทำ ? ทำแล้วได้ประโยชน์อะไร ที่รับรู้สัมผัสแตะต้องได้อย่างเป็นรูปธรรม

คำตอบก็คือ เพิ่มออกซิเจนเพื่อใช้ในการฟอกเลือด ซึ่งหมายถึงจำนวนของเกร็ดเม็ดเลือดแดง ก็จะเพิ่มปริมาณมากขึ้น นั่นหมายถึงผู้ที่ปฏิบัติเช่นนี้ย่อมมีสุขภาพแข็งแรง และที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้นก็คือ อัสสาสะ(หาใจเข้า)ให้ลึกลงไปให้ถึงตำแหน่งปถวีธาตุนั้น จะช่วยป้องกันและกำจัดโรคภัยได้สารพัดชนิด โดยเฉพาะสตรีเพศ เพราะการหาใจลึกลงไปสู่ปถวีธาตุนั้น นอกจากจะเพิ่มจำนวนเกร็ดเม็ดเลือดแดงแล้ว ยังเพิ่มการไหลเวียนของน้ำเหลือง อีกด้วย การควบคุมระบบของลมหาใจ อันรู้จักในนามของ "อานาปานสติ" ขั้นต้นของการปฏิบัติตามพุทธวิถีนี้ พระพุทธองค์ทรงสั่งสอน และเผยแผ่ให้แก่พุทธบริษัททั้ง๔ เมื่อ ๒๕๖๐ กว่าปีมาแล้ว ปรากฏพุทธพจน์ตรัสยืนยันความสำคัญแห่งอานาปานสติ ว่า

"... อาปานสติ ภิกขเว ภาวิตา พหุลีกตา : จตฺตาโรสติปฏฺฐาเน ปาริปุเรนติ ...
ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสตินี้ อันบุคคลใด อบรม(ปฏิบัติ) ให้มากแล้ว
ย่อมชื่อว่า ทำสติปัฏฐาน ให้บริบูรณ์....

อานาปานสติ นอกจากจะสำคัญสำหรับนักปฏิบัติแล้ว ในปัจจุบันทางวิชาการแพทย์ยังระบุชัดว่า ระบบน้ำเหลืองของร่างกายมนุษย์นั้น ประกอบขึ้นด้วย ต่อมน้ำเหลือง ม้าม ต่อมไทมัส ต่อมทอนซิล

หน้าที่หลัก ของน้ำเหลืองก็คือ หล่อเลี้ยงเซลล์ทั่วร่างกาย ถ่ายเทของเสียออกจากเซลล์และเนื้อเยื่อ กลับเข้าไปในกระแสเลือดเพื่อกรองโดยตับและไต ก่อนที่จะขับขยะมีพิษต่างๆออกไปจากร่างกายทางอุจจาระ ปัสสาวะ เหงื่อ ขยะมีพิษเหล่านี้ได้แก่ของเสียในร่างกาย สารเคมี ยา บุหรี่ สารปรุงแต่งอาหาร ยาฆ่าแมลง ปุ๋ยเคมี มลพิษในอาหาร อากาศ น้ำ



ตามเอกสารวิจัยของ Dr. Ann Louise Gittleman, PhD, บรรยายว่า ในร่างกายกว่า ๘๐ เปอร์เซ็นต์ของสตรีมีระบบน้ำเหลืองที่ติดขัด ไม่ไหลเวียน

ผู้หญิงที่ต้องการควบคุมน้ำหนักไม่ให้อ้วน และสุขภาพแข็งแรง จะต้องหันกลับมาให้ความสำคัญ ในการเพิ่มการไหลเวียน ของระบบน้ำเหลืองให้ดีขึ้น

นอกจากนี้แล้ว การไหลเวียนของระบบน้ำเหลืองที่ดีขึ้น ยังทำให้ร่างกายหาย ฟื้นจากอาการบาดเจ็บ ป้องกันไม่ให้อ้วน ป้องกันมิให้เกิดเซลลูไลท์ ลดอาการปวดตามข้อ ปวดศีรษะอีกด้วย มีวิธีการเสริมสร้างการไหลเวียน ของระบบน้ำเหลืองให้ดีขึ้นอยู่ดังกล่าวนี้

ดังนั้น การหายใจให้ลึกลงไปจนถึงปถวีธาตุ จะช่วยการไหลเวียนของน้ำเหลืองได้เป็นอย่างดี

เพราะอย่าลืมว่า ร่างกายเรามีปริมาณน้ำเหลือง มากกว่าน้ำเลือดถึง ๓ เท่าตัว แต่ร่างกายเรา ไม่มีอวัยวะใด ที่ทำหน้าที่สูบฉีดน้ำเหลืองไปทั่วร่างกายเหมือนหัวใจสูบฉีดเลือด ระบบน้ำเหลืองต้องอาศัยการหายใจลึกๆเท่านั้น ในการขับดันการไหลเวียนของน้ำเหลืองไปตามเซลล์และอวัยวะ !!!! หากเราหายใจไม่ลึกถึงปถวีธาตุ แน่นอนที่สุด... ของเสียก็ต้องตกค้าง และไม่สามารถกลับเข้าสู่ระบบเลือดได้ ทำให้พิษก็ตกค้างในระบบน้ำเหลืองต่อไป และเป็นที่มาของโรคต่างๆ นับไม่ถ้วน

ฉะนั้น ผู้ที่ปฏิบัติตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" แม้แค่ขั้นต้น คือฝึก "อัสสาสะ (ลมหาใจเข้า) ปัสสาสะ (ลมหาใจออก) มีสติระลึกรู้ลมหาใจเข้าไปตั้งไว้ เป็นเบื้องแรก ณ ปถวีธาตุ ย่อมมีอานิสงค์ให้ร่างกายแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ อันเป็นมงคลลาภ ดังพุทธพจน์ทรงตรัสว่า "**อโรคยา ปรมา ลาภาฯ ความไม่มีโรคคือลาภอันประเสริฐ**" ดังปรัชญาที่ว่า จิตใจที่เข้มแข็ง ย่อมอยู่ภายในร่างกายที่แข็งแรง เหมาะสมแก่การปฏิบัติ

ในความลับสุดยอด ของอานาปานสติ ส่วนอัสสาสะ (ลมหาใจเข้า) และนำไปตั้งไว้ ณ ตำแหน่งฐานธาตุนั้น แปลตามพระบาลี เรียกว่า "ระงับอัสสาสะ (ลมหาใจเข้า) ระงับปัสสาสะ (ลมหาใจออก)

ปรากฏตามพระพุทธดำรัส ตรัสไว้ในสติปัฏฐานสูตร ว่า

"... ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสามิติ สิกฺขติ

ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสามิติ สิกฺขติฯ

เธอย่อมศึกษาว่า เราจักเป็นผู้รู้ระงับ กายสังขารลมหาใจเข้า เธอย่อมศึกษา ว่า เราจักเป็นผู้รู้ระงับลมหาใจออก..."

ต่อ...**คำถาม**ที่ว่า เหตุใดจึงต้องนำลมหาใจเข้าไปตั้งไว้ ณ ตำแหน่งปฐวีธาตุ?

คำตอบ คือ ปถวี แปลว่า ที่ตั้งแห่งธาตุทั้งหลายดังนั้นจึงต้องเริ่มแต่ปฐวีธาตุเป็นเบื้องแรก ตามพระบาลีที่ได้ทรงกำหนดวิธีปฏิบัติเรื่องนี้ไว้ชัดเจน ว่า

"... อุทธ์ อโธ สพฺพธิ วิปฺปมุตฺโต อยํ อหสฺสสามีติ. เอวํ วิมุตฺโต อุทตาริ อติณฺณ ปุพฺพ์ อปุนฺนภวายาติ ฯ

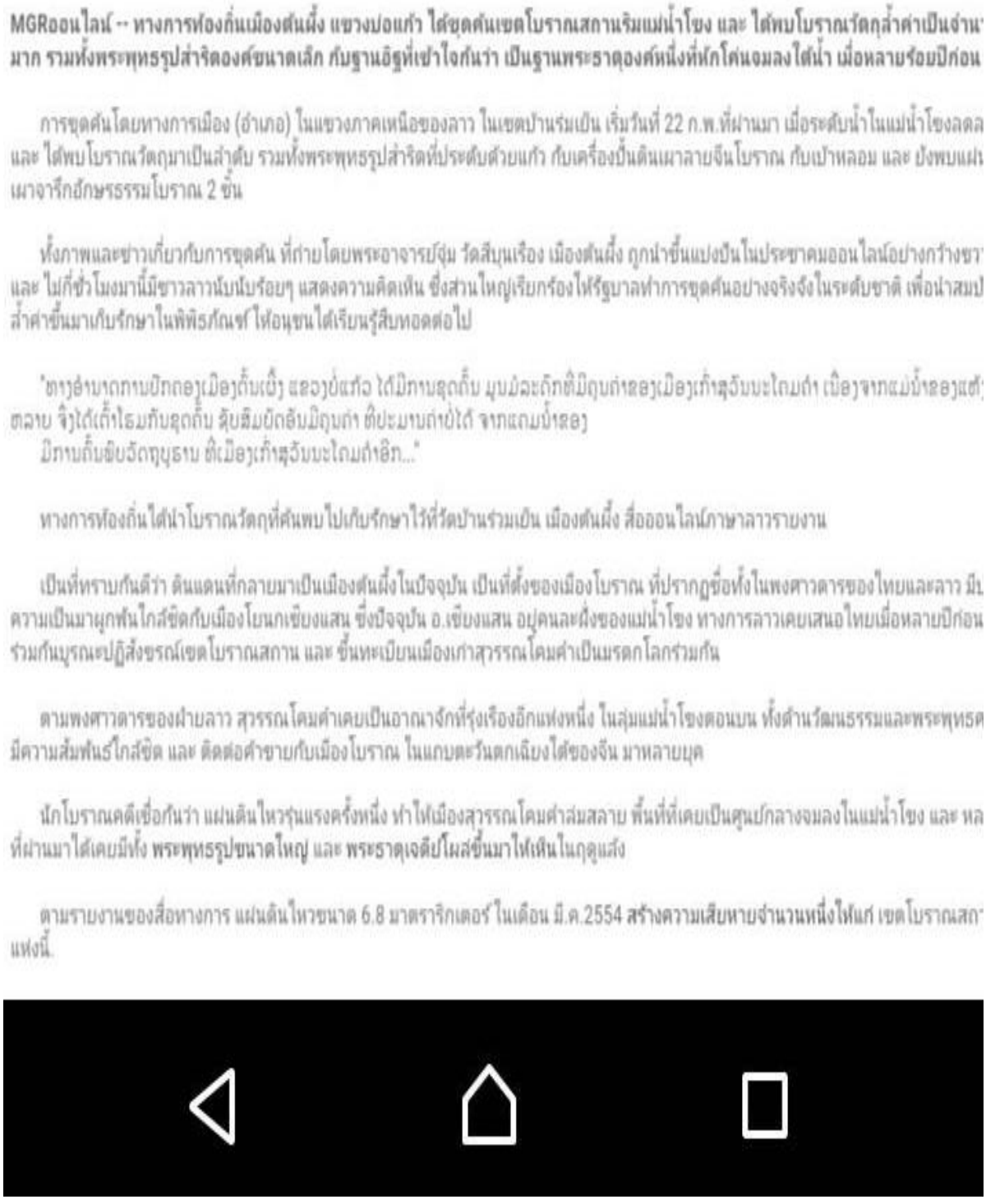
ความว่า ธาตุนั้นมี ๓ ระดับ คือ สูง กลาง ต่ำ .....ผู้ใด ควบคุม และหลุดพ้นแล้ว ในธาตุขั้นสูง (คือ รูปธาตุ และ อรูปธาตุ) ธาตุขั้นกลาง (กามธาตุ) ธาตุขั้นต่ำ (คือ มหาภูตรูป ๔ ได้แก่ ดิน น้ำ ไฟ ลม) ย่อมไม่เห็นว่า กายสังขารภายนอกเป็นอัตภาพ เป็นตัวตนแท้จริงของเรา ล้วนเป็นสมมุติ เมื่อเขาควบคุมธาตุทั้งปวงได้แล้ว เขาย่อมหลุดพ้นแล้วจากธาตุเหล่านี้ เขาย่อมก้าวข้าม ห้วงกิเลสทั้งปวง บรรลุถึงความไม่เวียนว่ายตายเกิดอีก คือ นิพพาน ดังนี้..."

ดังนั้น สาธุชนผู้ปฏิบัติชอบ ในพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" จึงต้องฝึกฝนการตั้งลม (รู้ระงับอัสสาสะ ปัสสาสะ) เพื่อควบคุมธาตุ โดยเริ่มต้น ณ ตำแหน่งฐานปฐวีธาตุ ด้วยประการฉะนี้ ฯ

ขอความผาสุขสวัสดี มีโชคชัย ปราถนาสิ่งใดอันเป็นกุศล จงปรากฏผล โดยพลันด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ ทั่วกันทุกท่าน เทอญ

อาณาจักรสุวรรณโคมคำ

ผู้ที่นำข้อมูล "อาณาจักรสุวรรณโคมคำ" สู่หน้าประวัติศาสตร์โลก คือข้าพเจ้าเอง ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๕ นักวิชากินพากันต่อต้าน ต้องผ่าแนวต่อต้านของนักประวัติศาสตร์ไทย ที่ "โง่แล้วอวดฉลาด" บอกว่า "สุวรรณโคมคำไม่มีในโลกความจริง เป็นเพียงนิยายในตำนาน link อ้างอิง: [ข่าวสุวรรณโคมคำ]



MGRออนไลน์ -- ทางการห้องถิ่นเมืองต้นผึ้ง แขวงบ่อแก้ว ได้ขุดค้นเขตโบราณสถานริมแม่น้ำโขง และ ได้พบโบราณวัตถุล้ำค่าเป็นจำนว
มาก รวมทั้งพระพุทธรูปสำริดองค์ขนาดเล็ก กับฐานอิฐที่เชื่อกันว่า เป็นฐานพระธาตุองค์หนึ่งที่หักโค่นจมลงใต้น้ำ เมื่อหลายร้อยปีก่อน

การขุดค้นโดยทางการเมือง (อำเภอ) ในแขวงภาคเหนือของลาว ในเขตบ้านร่มเย็น เริ่มวันที่ 22 ก.พ.ที่ผ่านมา เมื่อระดับน้ำในแม่น้ำโขงลดล
และ ได้พบโบราณวัตถุมาเป็นลำดับ รวมทั้งพระพุทธรูปสำริดที่ประดับด้วยแก้ว กับเครื่องปั้นดินเผาลายจีนโบราณ กับเบ้าหลอม และ ยังพบแผ่
เผาจารึกอักษรธรรมโบราณ 2 ชิ้น

ทั้งภาพและข่าวเกี่ยวกับการขุดค้น ที่ถ่ายโดยพระอาจารย์จุ่ม วัดสิบุนเรือง เมืองต้นผึ้ง ถูกนำขึ้นแบ่งปันในประชาคมออนไลน์อย่างกว้างขว
และ ไม่กี่ชั่วโมงมานี้มีชาวลาวนับหมื่นร้อยๆ แสดงความคิดเห็น ซึ่งส่วนใหญ่เรียกร้องให้รัฐบาลทำการขุดค้นอย่างจริงจังในระดับชาติ เพื่อนำสมบ
ล้ำค่าขึ้นมาเก็บรักษาในพิพิธภัณฑ์ ให้อนุชนได้เรียนรู้สืบทอดต่อไป

"ทางอำนาดทหนปักกลองเมืองถิ่นเนี้ง แลวงบ่แก้ว ได้มีทหนขุดถิ่น มุบม้ละถักที่มีถุบถ่าของเมืองเก่าหุจ้นบะโถมถ่า เนื่องจากแม่น้ำของแต่
ตลาย จิ่งได้เถ้าไธมกับขุดถิ่น ฉับฉิมบักอับมีถุบถ่า ที่ปะมาบถ่าบ่ได้ จากแถมน้ำของ
มีทหนถิ่นขับวัดทุบุธาบ ที่เมืองเก่าหุจ้นบะโถมถ่าอิก..."

ทางการห้องถิ่นได้นำโบราณวัตถุที่ค้นพบไปเก็บรักษาไว้ที่วัดบ้านร่วมเย็น เมืองต้นผึ้ง สื่อออนไลน์ภาษาลาวรายงาน

เป็นที่ทราบกันดีว่า ดินแดนที่กลายมาเป็นเมืองต้นผึ้งในปัจจุบัน เป็นที่ตั้งของเมืองโบราณ ที่ปรากฏชื่อทั้งในพงศาวดารของไทยและลาว มีบ
ความเป็นมาผูกพันใกล้ชิดกับเมืองโยนกเชียงแสน ซึ่งปัจจุบัน อ.เชียงแสน อยู่คนละฝั่งของแม่น้ำโขง ทางการลาวเคยเสนอไทยเมื่อหลายปีก่อน
ร่วมกันบูรณะปฏิสังขรณ์เขตโบราณสถาน และ ขึ้นทะเบียนเมืองเก่าสุวรรณโคมคำเป็นมรดกโลกร่วมกัน

ตามพงศาวดารของฝ่ายลาว สุวรรณโคมคำเคยเป็นอาณาจักรที่รุ่งเรืองอีกแห่งหนึ่ง ในลุ่มแม่น้ำโขงตอนบน ทั้งด้านวัฒนธรรมและพระพุทธศ
มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด และ ติดต่อค้าขายกับเมืองโบราณ ในแถบตะวันตกเฉียงใต้ของจีน มาหลายยุค

นักโบราณคดีเชื่อกันว่า แผ่นดินไหวรุนแรงครั้งหนึ่ง ทำให้เมืองสุวรรณโคมคำล่มสลาย พื้นที่ที่เคยเป็นศูนย์กลางจมลงในแม่น้ำโขง และ หล
ที่ผ่านมาได้เคยมีทั้ง พระพุทธรูปขนาดใหญ่ และ พระธาตุเจดีย์โผล่ขึ้นมาให้เห็นในฤดูแล้ง

ตามรายงานของสื่อทางการ แผ่นดินไหวขนาด 6.8 มาตราริกเตอร์ ในเดือน มี.ค.2554 สร้างความเสียหายจำนวนหนึ่งให้แก่ เขตโบราณสถา
แห่งนี้.

แต่พระลาวที่มาศึกษา ณ เวลานั้นได้ข้อมูลไป จึงนำเสนอต่อรัฐบาลลาว ในที่สุด ปี พ.ศ. ๒๕๕๓ ได้อนุมัติงบประมาณ ให้ขุด ณ ตำแหน่งตามแผนที่ ในหนังสือรัตตัญญุศาสตร์ (Astro001)

ผลคือพบเมืองโบราณ "สุวรรณโคมคำ" จริง ตรงตามแผนที่ทุกประการ ลาวจึงพัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยว อยู่ในเขตเมืองผาผึ้งปัจจุบัน ฝ่ายไทยพอรู้ไปขอร่วมแจม ลาวเขาไม่เอาด้วย

ทั้งหมดนี้ คือ ที่มาของการค้นพบ "อาณาจักรโบราณ สุวรรณโคมคำ" ที่นำมาเล่า ไม่ใช่เพื่ออวดโอ้ แต่เพื่อให้ศิษย์รัตตัญญู และสาธุชนทุกท่าน จะไดภาคภูมิใจ ที่ได้ศึกษา "คัมภีร์มหาจักรพรรดิราช รัตตัญญุศาสตร์ สุวรรณโคมคำ" ว่ามีประวัติความเป็นมาที่ยิ่งใหญ่ ไม่ธรรมดา และสรรพวิชชานี้จะเรียนรู้และเข้าใจถ่องแท้ได้ ผู้นั้นจะต้องมี "สัจจะ" อันเกิดจากการปฏิบัติชอบในพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" เท่านั้น ขอความผาสุขสวัสดี มีความก้าวหน้า ในการศึกษาและปฏิบัติ ทั่วกันทุกท่าน เทอญ

วิชาอี้จิง ก็เป็น ปกรณ์หนึ่งของ คัมภีร์มหาจักรพรรดิราช รัตตัญญุศาสตร์ สุวรรณโคมคำ ปรากฏใช้ครั้งแรกในเอเชีย เมื่อ เกือบ ๒,๐๐๐ ปี คือ การก่อตั้ง ราชวงศ์ไทแถน

(ภาษาจีนออกเสียง ไท ว่า ต้า..... แถน..... ออกเสียงเป็น ถัง= ต้าถัง" นั่นแหละ และไท บรรพกาลในสมัยยุคชุนชิว ต้นตระกูลขุน (จีนออกเสียงเป็น "ซุน") ได้พัฒนา คัมภีร์อี้จิง ประสานการรบขึ้น กลายเป็นตำหรับการรบสุดยอดของโลก คือ พิชัยยุทธซุนวู (ชื่อ วู ตระกูลซุน... แต่เอาแซ่ตระกูลนำหน้า คนไทใช้มาแต่พุทธกาล

ตระกูล "**ซุน**" ก็คือ **ต้นตระกูล "ขุน" ที่ปกครองสุโขทัย** ดังนั้นกษัตริย์วงศ์สุโขทัย ไม่ว่าชายหญิงเก่งการรบทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นสมเด็จพระมหาเถรสรีสัทธา ฯ พระสุริโยทัย พระนเรศวรมหาราช เป็นต้น เหล่านี้คือลูกหลาน ผู้สืบทอดคัมภีร์ "**ตระกูลซุนว่าด้วยอี้จิง**" ทั้งสิ้น

สมเด็จพระมหาเถรสรีสัทธาฯ ได้ทรงปริวัติพัฒนาเพิ่มเติมจนสมบูรณ์ เรียกเป็นบาลีว่า "**อนิจลักขณปกรณ์**" แปลว่า **คัมภีร์แห่งการแปรเปลี่ยน** ตรงกับภาษาจีนว่า "**อี้จิง**" นั่นเอง

แม้แต่ขงเบ้ง ก็ได้ร่ำเรียนวิชานี้ เพราะขงเบ้งเป็นคนไท เกิดที่เมืองจก แคว้นสิบสองพันนา แม้แต่ กวนอู จูล่ง เตียวหุย ก็เป็นคนไทสิบสองปันนา ทั้งสิ้น

เมื่อเมืองจกแพ้ต่อสุมาอี้ เจ้าเมืองจก ก็พาไพร่พลข้าคนหนีลงมาทางใต้ ตั้งเมืองที่ริมแม่น้ำกก ซึ่งเรียกว่า "เชียงแสน" ปัจจุบัน ผู้ที่นำมาลงประวัติศาสตร์เรียกว่า "ปู่เจ้าลาวจก" เป็นปู่ของพระยาเม็งราย นี่คือ ประวัติศาสตร์ชนชาติไทยแท้ ๆ แต่คนไทกลับไม่ได้รับรู้รับเรียน น่าสลดใจมาก แม้แต่เรื่องสามก๊ก อันเป็นประวัติศาสตร์ชนชาติไทย ก็เอาออกจากหลักสูตร..... กรรมของชนชาติไทยุคนี้จริง ๆ .....นี่คือการล้างเผ่าพันธุ์ คือห้ามอนุชนรุ่นหลัง เรียนรู้ประวัติศาสตร์ของบรรพบุรุษ

ขอความผาสุกสวัสดีมีแก่สาธุชนทุกท่านทั่วกัน

และ

สมัยบรรพกาล พระโพธิสัตว์ได้เสวยพระชาติ เป็นบุตรของเศรษฐีคนหนึ่ง ชื่อ ธรรมบาลกุมาร เป็นผู้ที่รู้ภาษานก แล้วเรียนไตรเพท จบเพียงอายุได้เจ็ดขวบ ได้เป็นอาจารย์บอกมงคลธรรมต่างๆแก่มนุษย์ทั้งปวง ซึ่งในยุคนั้น มนุษยโลกทั้งหลายล้วนนับถือท้าวมหาพรหม และ กบิลพรหมองค์หนึ่งซึ่งเป็นผู้แสดงมงคลแก่มนุษย์ทั้งปวง เช่นเดียวกัน กบิลพรหม เห็นว่าธรรมบาลกุมารซึ่งเป็นเพียงเด็กน้อย จะมีภูมิธรรมอันใดมาสอนมนุษย์ทั้งหลาย แทนพรหมที่มีอายุเป็นกัปกัลป์หาประมาณมิได้ ย่อมต้องเอาสัจ-

ธรรมปฏิรูป (ของปลอม) มาสอนแก่มนุษย์ให้หลงผิดเป็นแน่แท้ จำต้องทดสอบปัญญาหากว่ามิใช่ของจริงแท้ จะได้กำจัดเสีย

ด้วยเหตุดั่งนั้น กบิลพรหม จึงลงมาถามปัญหาธรรมบาลกุมาร ๓ ข้อ โดยได้มีคำมั่นสัญญาไว้ว่า ถ้าธรรมบาลกุมารแก้ปัญหาได้จะตัดศีรษะบูชา ถ้าแก้ไม่ได้จะตัดศีรษะธรรมบาลกุมารเสีย ปัญหานั้นมีว่า

ข้อ ๑. เช้าราศีอยู่แห่งใด

ข้อ ๒.เที่ยงราศีอยู่แห่งใด

ข้อ ๓. ค่ำราศีอยู่แห่งใด

ธรรมบาลกุมารขอผลัด ๗ วัน ครั้นล่วงไปได้ ๖ วัน ธรรมบาลกุมารก็ยังคิดไม่ได้ จึงลงจากปราสาทไปนอนอยู่ใต้ต้นตาลสองต้น มีนกอินทรี ๒ ตัวผัวเมียทำรังอาศัยอยู่บนต้นตาลนั้น

ครั้นเวลาค่ำนางนกอินทรีจึงถามสามีว่า พรุ่งนี้จะได้อาหารแห่งใด สามีบอกว่า จะได้กินศพธรรมบาลกุมาร ซึ่งท้าวกบิลพรหมจะฆ่าเสีย เพราะทายปัญหาไม่ออก

นางนกถามว่า ปัญหานั้นอย่างไร

สามีจึงบอกว่า ปัญหาว่าเช้าราศีอยู่แห่งใด เที่ยงราศีอยู่แห่งใด ค่ำราศีอยู่แห่งใด

นางนกถามว่า จะแก้อย่างไร

สามีบอกว่า

เช้าราศีอยู่ที่หน้า มนุษย์ทั้งหลายจึงเอาน้ำล้างหน้า

เวลาเที่ยงราศีอยู่ที่อก มนุษย์ทั้งหลายจึงเอาเครื่องหอมประพรมที่อก

เวลาค่ำราศีอยู่ที่เท้า มนุษย์ทั้งหลายจึงเอาน้ำล้างเท้า

ครั้นรุ่งขึ้น ท้าวกบิลพรหมมาถามปัญหา ธรรมบาลกุมารก็แก้ ตามที่ได้ยินมาจากนกอินทรีย์มาตอบ ท้าวกบิลพรหมจึงตรัส เรียกเทพธิดาทั้ง ๗ อันเป็นบริจาริกาพระอินทร์มาพร้อมกัน

แล้วบอกว่า เราจะตัดศีรษะบูชาธรรมบาลกุมาร ตามที่เราได้ให้สัญญาไว้ พวกเจ้าทั้งหลายอย่าได้เสียใจ เราเป็นกบิลพรหมย่อมถือ "สัจจะ" แต่ว่า ศีรษะของเรานั้นเมื่อตัด

แล้ว ถ้าจะตั้งไว้บนแผ่นดินไฟก็จะไหม้ทั่วโลก ถ้าจะโยนขึ้นบนอากาศ ฝนก็จะแล้ง ถ้านำลงไปไว้ในมหาสมุทร น้ำก็จะแห้ง ซึ่งล้วนแล้วแต่จะก่อความทุกข์ยาก ให้แก่มวลมนุษย์ทั้งหลาย ด้วยเหตุดั่งนี้ เราจึงขอให้พวกเจ้าธิดาทั้งเจ็ด จงเอาพานมารับศีรษะเราทันทีที่ตัดแล้ว

แล้วก็ตัดศีรษะ ส่งให้ธิดาคนโตผู้ถือพาน ร่างของท้าวกบิลพรหมได้ระเบิด กระจาย ลงพื้นมนุษยโลก เนื้อหนังล้วนกลายเป็น **อัญมณี** ที่มีพลังต่างกันไปด้วยอภิญญาฤทธิ์แห่งท้าวมหาพรหม เช่น ส่วนหัวใจ กลายเป็นเพชร ส่วนเป็นโลหิตแดงกลาย เป็นทับทิม ส่วนน้ำเหลืองกลายเป็นบุษราคัม ส่วนหน้าผากกลายเป็นมรกต ส่วนเส้นผมกลายเป็นนิล ส่วนโลหิตดำ กลายเป็นเหล็กไหล เป็นต้น

เมื่อท้าวกบิลได้ตัดศีรษะออก ธิดาคนโต คือ ทุงษเทวี ได้เอาพานมารับพระเศียรบิดาไว้แล้ว แห่ทำประทักษิณ รอบเขาพระสุเมรุ ๖๐ นาที แล้วก็เชิญประดิษฐานไว้ในมณฑปถ้ำคันธุลีเขาไกรลาศ บูชาด้วยเครื่องทิพย์ต่างๆ

พระเวสสุกรรม ก็นฤมิตรแล้วด้วย แก้วเจ็ดประการ ชื่อ ภควดีให้เป็นที่ประชุมเทวดา เทวดาทั้งปวงก็นำเอาเถาฉมุลาด ลงมาล้างในสระอโนดาตเจ็ดครั้ง แล้วแจกกันสังเวยทุกๆ พระองค์ครั้งถึงครบกำหนด ๓๖๕ วัน โลกสมมติว่า ปีหนึ่งเป็นสงกรานต์

๑. นางสงกรานต์ทุงษเทวี

ทุงษเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันอาทิตย์ ทัดดอกทับทิม มีปัทมราค (แก้วทับทิม) เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ อุทุมพร (มะเดื่อ) อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือ

จักร พระหัตถ์ซ้ายถือสังข์ เสด็จไสยาสน์เหนือปฤษฎางค์ครุฑ

๒. นางสงกรานต์โคราดเทวี

โคราดเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันจันทร์ ทัดดอกปีบ มีมุกดาหาร (ไข่มุก) เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ เตละ (น้ำมัน) อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือพระขรรค์ พระหัตถ์ซ้ายถือไม้เท้า เสด็จประทับเหนือพยัคฆ์ (เสือ)

๓. นางสงกรานต์รากษสเทวี

รากษสเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันอังคาร ทัดดอกบัวหลวง มีโมรา (หิน) เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ โลหิต (เลือด) อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือตรีศูล พระหัตถ์ซ้ายถือธนู เสด็จประทับเหนือวราหะ (หมู)

๔. นางสงกรานต์มณฑาเทวี

มณฑาเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันพุธ ทัดดอกจำปา มีไพฑูรย์ (พลอยสีเหลืองแกมเขียว) เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ นมและเนย อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือเหล็กแหลม พระหัตถ์ซ้ายถือไม้เท้า เสด็จไสยาสน์เหนือปฤษฎางค์คัสพะ (ลา)

๕. นางสงกรานต์กิริณีเทวี

กิริณีเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันพฤหัสบดี ทัดดอกมณฑา (ยี่หุบ) มีมรกต

เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ ถั่วและงา อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือพระขรรค์ พระหัตถ์ซ้ายถือปืน เสด็จไสยาสน์ เหนือ ปฤษฎางค์สาร (ช้าง)

๖. นางสงกรานต์กิมิทาเทวี

กิมิทาเทวี เป็นนางสงกรานต์ ประจำวันศุกร์ ทัดดอกจงกลนี มีบุษราคัมเป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ กล้วยและน้ำ อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือพระขรรค์ พระหัตถ์ซ้ายถือพิณ เสด็จประทับยืนเหนือมหิงสา (ควาย)

๗. นางสงกรานต์มโหทรเทวี

มโหทรเทวีเป็นนางสงกรานต์ประจำวันเสาร์ ทัดดอกสามหาว (ผักตบชวา) มีนิลรัตน์เป็นเครื่องประดับ ภักษาหาร คือ เนื้อทราย อาวุธคู่กาย พระหัตถ์ขวาถือจักร พระหัตถ์ซ้ายถือตรีศูล เสด็จประทับเหนือมยุราปักษา (นกยูง)

นางเทพธิดาเจ็ดองค์ จะผลัดเวรกันมาเชิญพระเศียรท้าวกบิลพรหม ออกแห่ประทักษิณเขาพระสุเมรุทุกปี แล้วกลับไปเทวโลก ซึ่งลูกสาวทั้งเจ็ดของท้าวกบิลพรหมนั้น เราสมมติเรียกว่า นางสงกรานต์ มีชื่อต่างๆ กันตามวันสงกรานต์นั้นจะตรงกับวันใดในสัปดาห์ดังกล่าวข้างต้น

สำหรับปี พุทธศักราช ๒๕๕๙ วันสงกรานต์ตรงกับวันพุธ นางสงกรานต์นามว่า มณฑาเทวี ทรงพาหุรัด ทัดดอกจำปา อาภรณ์แก้วไพฑูรย์ ภักษาหารนมเนย หัตถ์ขวาทรงเหล็กแหลม หัตถ์ซ้ายทรงไม้เท้า เสด็จไสยาสน์ลืมเนตร (นอนลืมตา) มาเหนือหลังคัสพะ (ลา) เป็นพาหนะ

dtac 3G
10:26 AM
myhora.com
60%
ประกาศสงกรานต์
จุลศักราช 1378 พุทธศักราช 2559
ปีวอก อัฐศก จันทรคติเป็น ปกติมาส อธิกวาร สุริยคติเป็น อธิกสุรทิน
วันมหาสงกรานต์ ตรงกับ วันพุธที่ 13 เมษายน เวลา 20 นาฬิกา 36 นาที 36 วินาที
จันทรคติ ตรงกับ วันพุธ ขึ้น ๙ ค่ำ เดือนห้า(๕) ปีวอก
นางสงกรานต์นามว่า มณฑาเทวี ทรงพาหุรัด ทัดดอกจำปา อาภรณ์แก้วไพฑูรย์ ภักษาหารนมเนย
หัตถ์ขวาทรงเหล็กแหลม หัตถ์ซ้ายทรงไม้เท้า เสด็จโสยาสน์ลืมเนตร(นอนลืมตา) มาเหนือหลังศัสพะ(ลา) เป็นพาหนะ
เกณฑ์พิรุณศาสตร์ ปีนี้ จันทร์ เป็นอธิบดีฝน บันดาลให้ฝนตก 500 ห่า
ตกในเขาจักรวาล 200 ห่า ตกในป่าหิมพานต์ 150 ห่า ตกในมหาสมุทร 100 ห่า ตกในโลกมนุษย์ 50 ห่า
เกณฑ์ธาราธิคุณ ชื่อ วาโย(ธาตุลม) น้ำพอประมาณ พายุจัด
เกณฑ์นาคราชให้น้ำ ปีวอก นาคราชให้น้ำ 2 ตัว ทำนายว่า ฝนต้นปีน้อย กลางปีงาม แต่ปลายปีมากแล ฯ
เกณฑ์อัญญาหารชื่อ ลาภะ ข้าวกล้าในนา จะได้ 10 ส่วน เสียเพียงส่วนเดียว อัญญาหาร มังสาหารบริบูรณ์ ประชาชนทั้งหลายจะอยู่เย็นเป็นสุข ฯ
วันเถลิงศก ตรงกับ วันเสาร์ที่ 16 เมษายน เวลา 0 นาฬิกา 34 นาที 12 วินาที
จันทรคติ ตรงกับ วันศุกร์ ขึ้น ๙ ค่ำ เดือนห้า(๕) ปีวอก

Source:

สมชัย ใจดี,ยรรยง ศรีวิริยาภรณ์. ประเพณีและวัฒนธรรมไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2531.

สุพัตรา สุภาพ. สังคมและวัฒนธรรมไทย ค่านิยม ครอบครัว ศาสนา ประเพณี. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2534.

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ สงกรานต์. กรุงเทพฯ : อมรินทร์ พริ้นติ้ง กรุ๊ฟ, 2533.

ยังไม่จบสมบูรณ์ มีต่อ ตอน "วันสงกรานต์สำคัญอย่างไร กับ ชนชาติไทย"

ขอความผาสุขสวัสดี มีโชคชัย จงบังเกิดแก่สาธุชนทั้งหลายถ้วนทั่วกันเทอญ

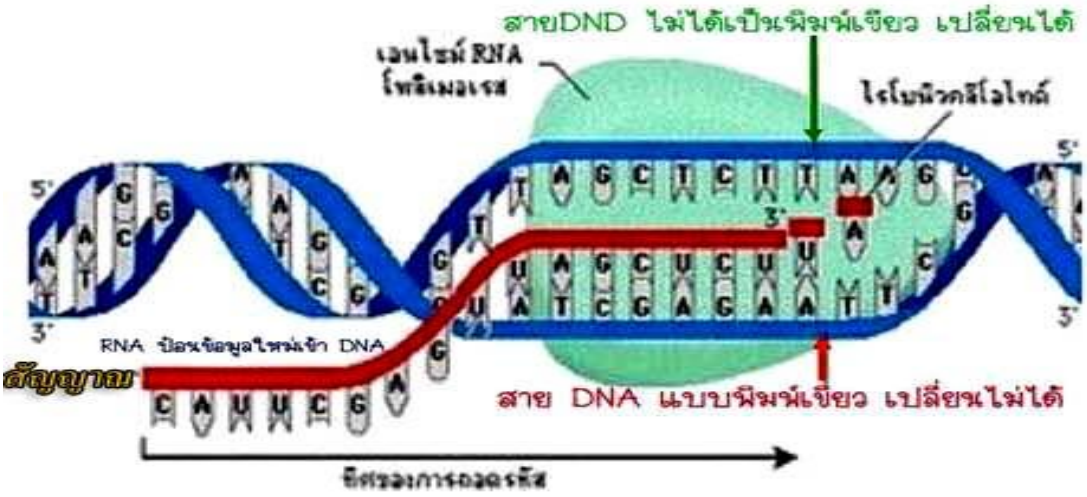
ณ..... มุมหนึ่งของ ก.ท.ม. ภายในห้องนอนติดแอร์โอ่อ่า ของคฤหาสน์พันล้าน ทายาทอภิมหาเศรษฐีหมื่นล้าน นอนป่วย กินไม่ได้ นอนไม่หลับ มานานนับเดือน เพราะความฟุ้งซ่าน จาก ภาพ+ความคิด ที่หลอกหลอน จนใกล้เพ้อคลั่ง!!! โลกนี้ ทำไมจึงเลวร้ายไม่มีสิ่งดี ๆ เกิดขึ้นเลย ... ทำไม จึงซวยซ้ำซ้อน ทุกข์ซ้ำซาก ทั้งที่พยายามทำความดี แต่ไม่มีใครเห็น นอนก็ไม่หลับ กินก็ไม่ได้ ภาพความทุกข์มันหลอน เช้ามา เจอแต่เรื่อง ไม่ว่าจะเป็นพี่น้อง ญาติ ตัวเองมีธุรกิจรุ่งเรืองก็โดนอิจฉาว่ารวยแต่ตัว เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่พี่น้อง ก็ยกธุรกิจเป็นร้อยล้านให้เขาไป คิดว่าเขาคงจะเห็นความดี เปล่าเลย !!! แทนที่จะได้รับคำชม จากญาติพี่น้อง กลับกลายเป็นถูกด่า ว่าเอาภาระมาให้ ในช่วงเศรษฐกิจขาลง ... อุแม่เจ้า !!! อะไรกันนักกันหนา ทำไม อุปสรรค ความทุกข์ จึงเยอะอย่างนี้ !!

สลัมคนยาก ที่ยังชีพอยู่ด้วยการเก็บเศษขยะที่ทิ้งแล้วจากคฤหาสน์พันล้าน ซึ่งอยู่อีกมุมหนึ่งไม่ห่างกันนัก...แม่ลูกที่อาศัยอยู่ในกระต๊อบที่มุงด้วยกล่องกระดาษ และเศษพลาสติก พื้นปูโฟมผุ ๆ พอกันความชื้น แม่กำลังยิ้มแย้มด้วยความสุข เพราะดีใจ ที่วันนี้มีขวดน้ำพลาสติกที่ใช้แล้วจากกองขยะ เยอะกว่าทุกวัน ลูกตัวน้อยกำลังสนุกคุ้ยเศษกระดาษเพื่อหาของเล่น

รถยนต์คันละเกือบร้อยล้าน จากคฤหาสน์ทายาทอภิมหาเศรษฐี แล่นผ่านแม่ลูกคู่นั้นไป ผู้เป็นแม่มองตามรถยนต์คันนั้น แล้วพึมพำว่า "..เจ้าประคูณ..เกิดชาติหน้าขอให้เป็นลูกมหาเศรษฐี จะได้มีความสุขกับเขาบ้าง !!??

จากตัวอย่างข้างต้น จะเห็นได้ว่า "ความสุข " ไม่ได้อยู่ที่ความแตกต่าง " **ฐานะ**" หรือ "**สภาวะ**" ของบุคคล แต่ความแตกต่าง ระหว่าง "**สุข**" กับ "**ทุกข์**" อยู่ที่ "**อารมณ์**" ของมนุษย์เพราะผู้ที่เกิดความทุกข์นั้น เขาได้เก็บความรู้สึก "ทุกข์" นั้นไว้ ซึ่งจริงแล้วคือ คลื่นสัญญาณไฟฟ้าของภาพ (ภาพเกิดจากความถี่ของคลื่นไฟฟ้า) ที่เราคิดว่า "เป็นทุกข์ เป็นอุปสรรค" นั้นถูกส่งเข้าไปทำงาน และนำเอาทุกอย่างที่เราเก็บภาพ "ทุกข์และอุปสรรค" นั้น ไปค้นหาคลื่นความถี่เดียวกัน

อธิบายง่าย ๆ สมองจะทำงานรับสัญญาณที่เราส่งเข้าไป โดยไม่สนใจว่าสิ่งนั้นสุขหรือทุกข์ เพราะคำว่า "สุข หรือ ทุกข์" มันเป็น "อารมณ์" เพราะ อารมณ์นั้นเกิดจากสัญญานไฟฟ้า (ภาพ image) ที่เราป้อนเข้าไปในระดับของ RNA ส่งผ่าน ให้สมองค้นหาสิ่งนั้น



เปรียบเหมือนเราใส่คำเข้าไปค้นหาใน Google ไม่ว่าเป็นคำอะไร ถูกหรือผิด มันก็จะเอาสิ่งนั้นออกมาแสดง (Computer สร้างขึ้นโดยเลียนแบบการทำงานของสมอง แต่

ยังไม่เร็วและมีศักยภาพเทียบได้ในพันส่วน ที่สมองมนุษย์ทำงาน) ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงให้เราปฏิบัติเพื่อ แก้ไขโดยให้ "**ยกจิตขึ้นสู่วิถี**" เรียกว่า "**ยกให้พ้นจากสภาวะแห่งอารมณ์ ความรู้สึกนั้น ๆ**" เปรียบเสมือน เราขึ้นเครื่องบินลอยอยู่บนฟ้า ข้างล่างจะเกิดสงคราม แผ่นดินไหว หรือ สึนามิ ก็ไม่ได้กระทบกับผู้ที่อยู่บนเครื่องบิน

ฉันใดก็ฉันนั้น เช่นเดียวกันเมื่อเราปฏิบัติ "**สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค**"ขั้นต้นๆ นั่นคือ ฝึกปาก+ใจ ให้ตรงกัน โดยการสวดมนต์

ถามว่า จะช่วยให้คลายทุกข์ คลายกังวลได้อย่างไร ?

คำตอบ ง่ายมาก เพราะผู้ที่ฝึกตอนเริ่มเมื่อหายใจเข้าไป (อาปานสติ) ก็เอาความรู้สึกไปจับอยู่ที่ลมหาใจ ว่ามันสุดตรงไหน หากยังคิดเรื่องอื่นอยู่ก็จะหาใจไม่เจอ หรือเจอมั่งไม่เจอมั่ง

เอาล่ะเมื่อเจอที่ตั้งของ "**ใจ**"แล้ว ก็จับเสียงของปากที่ส่งเสียงออกมา ไม่ว่าจะโดยสวด นะโม หรือ สวดบทอื่น ก็คอยจับว่า มันเป็นเสียงเดียวกับ "**เสียงใจ=ที่สุดลมหาใจ**" รึเปล่า?

ถ้ายังคิดเรื่องทุกข์ ฯลฯ เสียงปากใจ ก็จะไม่พร้อมกัน ลมหาใจก็จะไม่เท่ากันทั้งสามจังหวะ คือ ลมหาใจเข้า ตั้งลม ลมหาใจออก การฝึกเช่นนี้อย่างจริงจัง "**ตั้งใจ**"เพียงแค่ ๑๐ นาที ความทุกข์ก็ละลายไปแล้ว หากว้าวุ่นอีก ก็ทำอีก

เปรียบเทียบได้กับการ Defragment Harddisk ที่เต็มไปด้วยโปรแกรมขยะ และไวรัส ที่ต้องกำจัดเพราะทำลายการทำงานของเครื่อง เหมือนกัน ทั้งหมดทั้งสิ้น อยู่ที่ว่า "เราปฏิบัติหรือเปล่า? จริงใจต่อการปฏิบัติหรือไม่ ? หรือ แค่คิดว่าสวดมนต์หน่อย พระ

คงช่วยเราได้ แล้วกลับมาจมอยู่ในห้วงความคิดที่เป็นทุกข์ต่อ อีก ๑,๐๐๐ ปี ก็ไม่มีวันหายทุกข์” เพราะเราคิดว่ามันคือ **ทุกข์** คือ **อุปสรรค** แต่กลับไม่คิดว่า "**นี่คือบททดสอบที่เราต้องสอบให้ผ่าน**"

ตอนเราเรียนชั้นประถม ปีนึงสอบหนเดียว พอเรียนมัธยม ปีนึงสอบสามหน พอเรียนมหาวิทยาลัย เราต้องสอบตลอดแทบทุกอาทิตย์ เพราะลงหน่วยกิต ยิ่งเรียนระดับปริญญาโท ปริญญาเอก มีการทำวิทยานิพนธ์ ค้นคว้า ยังไม่พอ แม้จะผ่านหมด แต่ยังมีการสอบสัมภาษณ์ ทดสอบอีก เป็นขั้นสุดท้าย

อาจารย์ มีหน้าที่ออกข้อสอบให้ลูกศิษย์ผ่านยากที่สุด แต่ก็อยู่ในหลักสูตรที่เราเรียน ถามว่า เราโกรธอาจารย์ที่ออกข้อสอบยาก หรือ โกรธตัวเราที่ไม่สนใจท่องศึกษาตำราเรียน และเมื่อเราฟิตซ้อมฝึก-ศึกษาผ่านวิชชาที่ยากที่สุดได้ เราก็ภาคภูมิใจในตัวเราเองว่า "**ข้าแน่...อ๊ะ!ข้าก็ทำได้ !!**" แต่อีกพวกโกรธอาจารย์ ว่าข้อสอบยาก คิดว่าเป็นอุป-สรรค ไม่สอบไม่ดูหนังสือ ในที่สุดก็โดนรีไทม์ออกจากมหา วิทยาลัยไป เพราะเรียนไม่จบ อับอายขายหน้า ไม่กล้าเจอเพื่อนฝูง

การเปลี่ยนผัน จาก **Loser** กับ **Winner** มันแค่พลิกฝ่ามือ เพราะมันขึ้นอยู่แค่ชั้นระดับความคิด เป็นชั้นระดับของจิต (ธรรมชาติใด "**คิด**" ธรรมชาตินั้นเรียกว่า "**จิต**") ซึ่งเปรียบเสมือนพวงมาลัยรถ พระพุทธองค์ทรงสอนวิธีควบคุมจิต คือควบคุมรถ ให้เรามีอำนาจเหนือรถ (จิต) ควบคุมมันได้

ผู้ปฏิบัติตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" จึงมีอำนาจเหนือจิต ควบคุมได้ไม่ให้จิตฟุ้งซ่านสร้างอารมณ์ในทางท้อถอย ยอมรับสภาพความพ่ายแพ้ คือไม่เป็น

ทาสความคิด เพราะทุกอย่างที่เกิดขึ้นเป็นปรากฏการณ์ และเหตุการณ์ในชีวิต ล้วนแล้วแต่เป็นสมมุติ เป็นภาพ เป็นเสียง เป็นคลื่นความถี่ของสัญญานไฟฟ้าที่ก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึก สุข และ ทุกข์ ซึ่งสำหรับผู้ปฏิบัติชอบตามพุทธวิถี "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" ย่อมสามารถควบคุม บังคับ ให้คลื่นกุศลกรรม (ความสุข) ให้แสดงผล และสกัดกั้นไม่ให้คลื่นอกุศลกรรม (ความทุกข์) แสดงผลได้

อยู่ที่เราจะตีค่าสิ่งที่เกิดขึ้น ที่เรียกว่า "ทุกข์ " นั้น เป็น "อุปสรรค " หรือ "บททดสอบ" ที่เราต้องแข่งขัน และต้องผ่านความท้าทายนั้นให้ได้ ซึ่งทั้งหมดขึ้นอยู่กับ "ใจ" ว่าเราพร้อมที่จะก้าวต่อไป หรือ จะทอดอาลัยกลายเป็น "ผู้แพ้" !!

หากยังเข้าใจไม่กระจ่าง ให้ไปศึกษาในธรรมบรรยายซึ่งเคยเขียนไว้แล้วที่ http://seealots.blogspot.com/2015/05/22-2558.html

ขอความผาสุขสวัสดี ก้าวหน้าในการปฏิบัติ จงบังเกิดมีแก่สาธุชนทุกท่าน ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ เทอญ

ดร.สตีเวนสัน ชาวแคนาดาได้ทำการสำรวจพบว่ามีคนไม่น้อยกว่า ๒,๖๐๐คน ที่ระลึกชาติได้จริงๆ และอย่างไรก็ตามก็มีนักวิจัยชาวอังกฤษและเยอรมันได้พิสูจน์แล้วว่าเมื่อตายแล้วเกิด ที่สำคัญที่สุดคือ นักวิจัยจากมหาวิยาลัยฮาวาร์ด ได้ยืนยันผลการค้นคว้าวิจัยว่าเมื่อคนเราตายแล้วจะต้องเกิดใหม่แน่นอน

การค้นพบครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า ขณะนี้ พระพุทธศาสนาเริ่มเจริญ เข้าไปในหมู่ของต่างชาติผู้เจริญแล้ว ซึ่งแม้จะเป็นขั้นต้น แต่ก็แสดงให้เห็นว่า สิ่งที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้เมื่อ ๒,๖๐๐ ปีที่แล้ว เป็นความก้าวหน้าของพระพุทธศาสนา ในการเข้าถึงความจริงแท้ระดับสูงสุด ของมวลมนุษยชาติ ก่อนโลกวิทยาการเทคโนโลยีจะสะกิดเข้าใกล้แม้ในปัจจุบัน

เพราะความจริงแท้แน่นอนที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าการจะเข้าถึงความจริงมีอยู่ ๓ ระดับ

ระดับแรก เห็นได้ด้วย **มังสจักษุ** (ดวงตาคนทั่ว ๆ ไป)

ระดับที่สอง เห็นได้ด้วย **ทิพยจักษุ** (เกิดจากอำนาจพลังสมาธิขั้นฌาน) และ

ระดับที่สาม เห็นได้ด้วย **ปัญญาจักษุ** (เกิดจากอำนาจพลังสมาธิขั้นญาณ)

ไม่เพียงแต่เท่านั้น พระพุทธองค์ยังทรง สั่งสอนวิธีเพื่อพัฒนาด้านการปฏิบัติ เพิ่มศักยภาพ ให้ได้ทั้งทิพยจักษุ และปัญญาจักษุด้วย คือ "สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค" อันเป็นหนทางปฏิบัติหนึ่งเดียวไม่มีทางอื่น ที่ผู้ปฏิบัติจะเข้าถึง "ความจริงแท้ อันเรียกว่าสัจ

ธรรม" หรือที่ชาวพุทธรู้จักกันดีในนาม "นิพพาน" ซึ่งข้ามเลย "ชาติหน้า" ไปสู่ความเป็นอมตะ ในมิติที่ไม่มีมวล และ สสารใด (ไม่มีมหาภูตรูป๔) ที่ก่อให้ มีการเกิดในภพภูมิไหน ๆ อีกต่อไป เหมือนไฟที่หมดเชื้อ

ในยุคปัจจุบัน แม้จะเจริญทางด้านเทคโนโลยี แต่ก็เปรียบเสมือน ยังเพียงปอกเปลือกมะพร้าว ยังติดอยู่ที่กะลา ยังไม่ได้ผ่ามะพร้าว ยังไม่ได้ลิ้มรสน้ำมะพร้าว (รสพระธรรม) ยังไม่ได้สัมผัสเนื้อมะพร้าว จึงยังเข้าไม่ถึงคุณประโยชน์อันสูงสุด ของมะพร้าวที่สามารถอาจใช้ได้สารพัดชนิด

นั่นเพราะนักวิทยาศาสตร์ นักวิชาการยุคปัจจุบันยังยึดติดความจริงอยู่แค่ระดับแรก กล่าวคือติดอยู่แค่เป็นนักประสบการณ์นิยม จึงไม่อาจเข้าถึงความจริงแท้อันสูงสุดที่เรียกว่า "สัจจธรรม" ได้โดยสิ้นเชิง

Harvard Neurosurgeon Confirms The Afterlife Exists

BY CHAD FORRMAN | SATURDAY 19 DECEMBER 2015 | PUBLISHED IN MYSTICISM SCIENCE SPIRITUALITY

Do we have a soul? Is there life after death? The afterlife is something that has been experienced by countless people since recorded history who have returned to tell their tales, with the most noteworthy account experienced first-hand by Harvard trained brain neurosurgeon of 25 years, Dr. Eben Alexander. This is not just another afterlife account that can be written off as a hallucination. Before we look at exactly how his experience of the afterlife defies all scientific explanation, lets explore his account a little bit.Before his experience, he did not believe existence of a non-physical spirit. Trained in western medical school and surrounded by medical colleagues who are deeply invested in the materialism view of the universe, he thought that the idea of a soul was outlandish. Like most "skeptics", he believed stories of the afterlife to be hallucinations or products of the human imagination. Dr. Alexander changed his mind after he was in a coma for seven days caused by severe bacterial meningitis. During his coma he experienced a vivid journey into what he knew to be the afterlife, visiting both heavenly and not so heavenly realms.

After returning to his body and experiencing a miraculous healing against all odds, and went on to write the NY Times #1 best selling book "Proof of Heaven." What Dr. Alexander confirms is that our life here is just a test help our souls evolve and grow, and that the way we succeed in doing so is to proceed with love and compassion. Here are just a few other notable points he made:

– The experience of the afterlife was so 'real' and expansive that the experience of living as a human on Earth seemed like an artificial dream by comparison.

The fabric of the afterlife was pure LOVE. Love dominated the afterlife to such a huge degree that the overall presence of evil was infinitesimally small. If you wish to know the Universe, know Love.

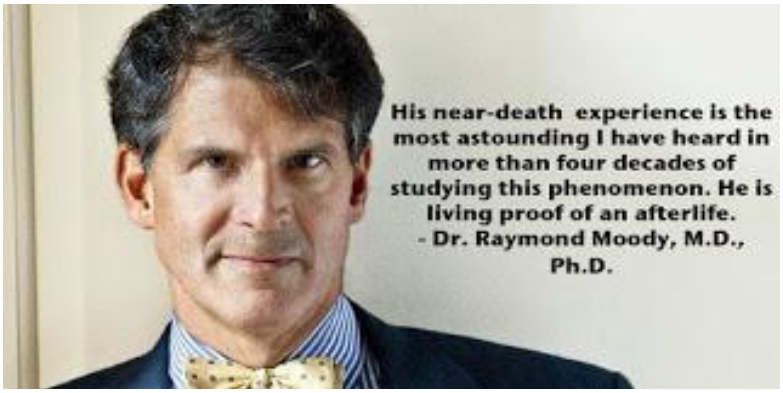
– In the afterlife, all communication was telepathic. There was no need for spoken words, nor even any separation between the self and everything else happening around you. All the questions you asked in your mind were immediately answered to you telepathically as well.

When asked what he wants everyone to know about the spiritual realm, he always answers saying that you are precious and infinitely loved more than you can possibly imagine. You are always safe. You are never alone. The unconditional and perfect Love of God neglects not one soul.

“Love is, without a doubt, the basis of everything. Not some abstract, hard-to-fathom kind of love but the day-to-day kind that everyone knows-the kind of love we feel when we look at our spouse and our children, or even our animals. In its purest and most powerful form, this love is not jealous or selfish, but unconditional.

This is the reality of realities, the incomprehensibly glorious truth of truths that lives and breathes at the core of everything that exists or will ever exist, and no remotely accurate understanding of who and what we are can be achieved by anyone who does not know it, and embody it in all of their actions.”

Now let’s talk credibility for a minute. What makes this experience so much more significant than another NDE account? Eben’s neocortex was completely nonfunctional during the time of his coma do to his severe bacterial meningitis, so there is no scientific account for why he experienced this. In fact, he gives refutations to 9 different possible scientific explanations for his experience in his book.


His near-death experience is the most astounding I have heard in more than four decades of studying this phenomenon. He is living proof of an afterlife.
- Dr. Raymond Moody, M.D., Ph.D.

Exploring Naturalistic Explanations

Let's take a look at 5 potential explanations he outlines in Appendix B of "Proof of Heaven". Some are of his explanations would make no sense to us as laymen untrained in neuroscientific terminology, so here are the most common explanations he refutes, all of which are taken verbatim from his book:

1. A primitive brainstem program to ease terminal pain and suffering ("evolutionary argument" – possibly as a remnant of feigned-death strategies from lower mammals?). This did not explain the robust, richly interactive nature of the recollections.

2. The distorted recall of memories from deeper parts of the limbic system (for example, the lateral amygdala) that have enough overlying brain to be relatively protected from the meningitic inflammation, which occurs mainly at the brain's surface. This did not explain the robust, richly interactive nature of the recollections.

3. DMT dump. DMT, a naturally occurring serotonin agonist causes vivid hallucinations and a dream-like state. I am personally familiar with drug experiences related to serotonin agonist/antagonists (LSD) from my teen years in the early 70s. I have had no personal experience with DMT but have seen patients under its influence. The rich ultra-reality would still require fairly intact auditory and visual neocortex as target regions in which to generate such a rich audiovisual experience as I had in a coma. Prolonged coma due to bacterial meningitis had badly damaged my neocortex, which is where all of the serotonin from the raphe nuclei in my brainstem (or DMT, a serotonin agonist) would have had effects on visual/auditory experiences. But my cortex was off, and the DMT would have no place in the brain to act.

4. A reboot phenomenon – a random dump of bizarre dis-jointed memories due to old memories in the damaged neocortex, which might occur on restarting the cortex into consciousness after a prolonged system-wide failure, as in my diffuse

meningitis. Especially given the intricacies of my elaborate recollections, this seems most unlikely.

5. Unusual memory generation through an archaic visual pathway through the midbrain, prominently used in birds but only rarely identifiable in humans. It can be demonstrated in humans who are cortically blind, due to occipital cortex. It provided no clue as to the ultra-reality I witnessed and failed to explain the auditory-visual interleaving.

His NDE account stands as the most credible account of all time, and coming from his materialistic scientific background, we have good reason to believe that he really did have a vivid encounter with something beyond this world.

Written By Steven Bancarz

Source: Spirit Science and Metaphysics

About the author:Steven Bancarz is the creator of 'Spirit Science and Metaphysics'. For more articles by him visit his website at

www.spiritscienceandmetaphysics.com.

RELATED ARTICLES:

Revealing the Secrets of Tibetan Inner Fire Meditation

Unlocking the Secrets of the Tibetan Book of The Dead

50 Scientific Benefits of Meditation

source :: http://www.thewayofmeditation.com.au/blog/harvard-neurosurgeon-confirms-the-afterlife-exists/

อธิษฐานอย่างไรแบบง่ายและได้ผล

ตามความเป็นจริงแล้ว คำถามยอดฮิต ที่ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปกี่ปี กี่ทศวรรษ ก็จะได้รับคำถามเดิมเหมือน ๆ กันคือ " ทำยังไง ถึงจะอธิษฐานให้ได้ผลจริง ๆ เร็วๆ ทันใจแบบเปิดปุ๊บ ติดปั๊บ อะไรทำนองนั้น ?" ซึ่งเป็นเรื่องปกติของคนที่ทำไม่ได้ หรือขาดไปบางจุด บางทีก็โดดข้ามไป บางคนก็สนใจเพราะคิดว่าเป็นปาฏิหาริย์ แต่พอลงมือทำเข้าจริง ก็ทิ้งไป เพราะส่วนใหญ่เป็นธรรมชาติ ปกติคนทั่วไปคือ "อยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น แต่ ไม่อยากทำ" พอเห็นสาธุชนท่านอื่นทำได้ก็เริ่มลองอีกครั้ง หลังจากทิ้งไปเป็นปีๆ แต่เหมือนนักวิ่งที่ไม่ได้ฟิตซ้อม สรุปตะคริวกิน = เลิกปฏิบัติ ยังงี้เยอะมั่ก !

ความจริงอาจเป็นเพราะว่า คำอธิบายถ่ายทอดตลอดมา อาจจะใช้ศัพท์ที่สูงเกินไปสำหรับมิติปัจจุบัน จึงยากที่จะเข้าใจ และเมื่อไม่เข้าใจ ก็ทำให้ปฏิบัติได้ผลยาก

เอาละ...วันนี้เพื่อเป็นกุศลแด่สาธุชนทั้งหลาย ที่ยังปฏิบัติไม่ได้ เพราะไม่ค่อยเข้าใจก็จะอธิบาย แบบง่ายที่สุด แบบคติประจำใจ ที่ว่า "โง่ ๆ ง่าย ๆใช้ได้ก็แล้วกัน ฝรั่งว่า Simple stupid made it anyway, Get smart get lose !! นั่นแหละ

อันดับแรก :: คำว่า "อธิษฐาน" ต้องใช้ **"เสียง"** หรือ **"วาจา"** ที่ออกมาจากปาก เหมือนกินข้าว ก็ต้องรู้ว่า "ปากอยู่ตรงไหน ?" นี่ข้อนึง

อันดับสอง :: กินเพราะเราอยากจะกิน คือ กินตอนที่หิวถึงจะอร่อย เช่น เดินป่าเหนื่อย หิว ข้าวกับเกลือยังอร่อยได้ ในที่นี้เปรียบให้เห็นว่า "ความต้องการกิน" เกิดขึ้นจริงหรือเปล่า ? คือ สิ่งที่อธิษฐาน นั่นน่ะ ต้องการจริง ๆ หรือ ?

เอาให้ชัดว่า "ที่จะอธิษฐานน่ะ ต้องการจริง ๆ หรือว่า เพียงทดลอง" (เหมือนกับลองชิมอาหารดูทั้งที่ไม่หิว) เราเสียเงินมาเยอะ ในสิ่งที่ไม่ปราถนาซื้อมาเต็มบ้านไม่ได้ใช้ หมดเปลืองเปล่า ในที่สุดก็ไร้ค่าทิ้งไป ไม่ผิดอะไรกับไม่หิวแล้วกินอาหาร จะหารสชาติอะไรไม่ได้ เพียงช่วยให้อยู่รอดไม่ตาย เท่านั้น...ใช่... เท่านั้นจริง ๆ. เหมือนที่ทำสมาธิปฏิบัติกันมาเป็นยี่สิบสามสิบปี ยังอธิษฐานไม่เป็นนั่นแหละ

ดังนั้น **อารมณ์ ความรู้สึก** จะ**ประกอบไปด้วยภาพ** คล้ายกับอาการของคนหิวข้าวบนยอดเขา ความต้องการนั้นเกิดจริง ต้องการจริง หิวจริง ความอร่อยจึงเกิดขึ้นแม้แต่กินข้าวกับเกลือดังกล่าวแล้ว

ดังนั้น **ภาพ** และ**ความรู้สึก**จึง**ออกมาจากภายใน** เราเรียกว่า "**ใจ**" นี่แหละที่เราฝึกให้ปากกับใจตรงกัน ออกเสียงพร้อมกัน ไม่ว่าจะโดยการสวดมนต์ หรือ นะโมตัสสะ... ก็เพื่อให้เกิดความพร้อมตรงนี้ ง่ายๆ คือ หิวรึยัง ?

"**อาการ ถึงพร้อม**" จะมีลักษณะแปลกไปจากปกติธรรมดาทางสายปฏิบัติเรียกว่า "**ปิติ**" ไม่ว่าจะขนลุก ฯลฯ ให้**หยุด**สวดมนต์ต่อ..แต่**ให้กล่าวถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา**..... อิมาหัง ภัณเต ภควา.... **ต่อท้ายด้วยสิ่งที่เราต้องการให้เป็น ให้เกิดขึ้น**คืออะไร **พูดออกมาด้วยปากพร้อมใจ** และสิ่งที่**ขาดไม่ได้ คือภาพ**ของสิ่งที่เราต้องการ ทันที ....(ไม่ต้องรอสวดมนต์เสร็จก่อน แล้วมาอธิษฐาน เพราะ อารมณ์"ปิติ" จะหายไปแล้ว ซึ่งจะไม่ได้ผลเลย)

นี่คือข้อสำคัญ ต้องให้เห็นภาพที่เราต้องการ ตั้งแต่เริ่มหาใจ รักษาภาพไว้ ค่อยๆ เอาลมหาใจพร้อมภาพไปตั้งที่ปถวีธาตุ ตั้งไว้เท่าระยะขนนก จากนั้นค่อยๆเลื่อนขึ้นมาพอจะสุดลมตรงปลายจมูก ให้เห็นภาพ เรารับสิ่งนั้นเป็นของเรา จึงจะได้ผล

เปรียบง่าย ๆตอนเริ่มต้น เหมือนเราตักอาหารจากถ้วย หายใจเข้าเปรียบเหมือนรักษาอาหารไว้ในช้อนไม่ให้หก ตอนตั้งลมที่ปถวีธาตุ เปรียบเสมือนการบรรจงเอาอาหารเข้าให้ตรงปาก (ตอนเริ่มทำใหม่ๆ จะเหมือนเด็กตักข้าว-อาหารกินเอง ใส่ปากไม่ถูก เปรอะเปื้อนหน้าตาไปหมด อาหารหกเต็ม ... ใหม่ๆ ตอนเริ่มทำภาพที่เราปราถนา ก็

จะหายไปเพราะไม่นิ่ง ยังวอกแวก จึงต้องฝึก)

ตอนภาพหายใจออก ก็เปรียบเสมือนอาหารที่ใส่เข้าปากแล้ว จะรู้รสเปรี้ยว หวาน มัน เค็ม ซึ่งจะประกอบด้วยอารมณ์คือ "อร่อย"

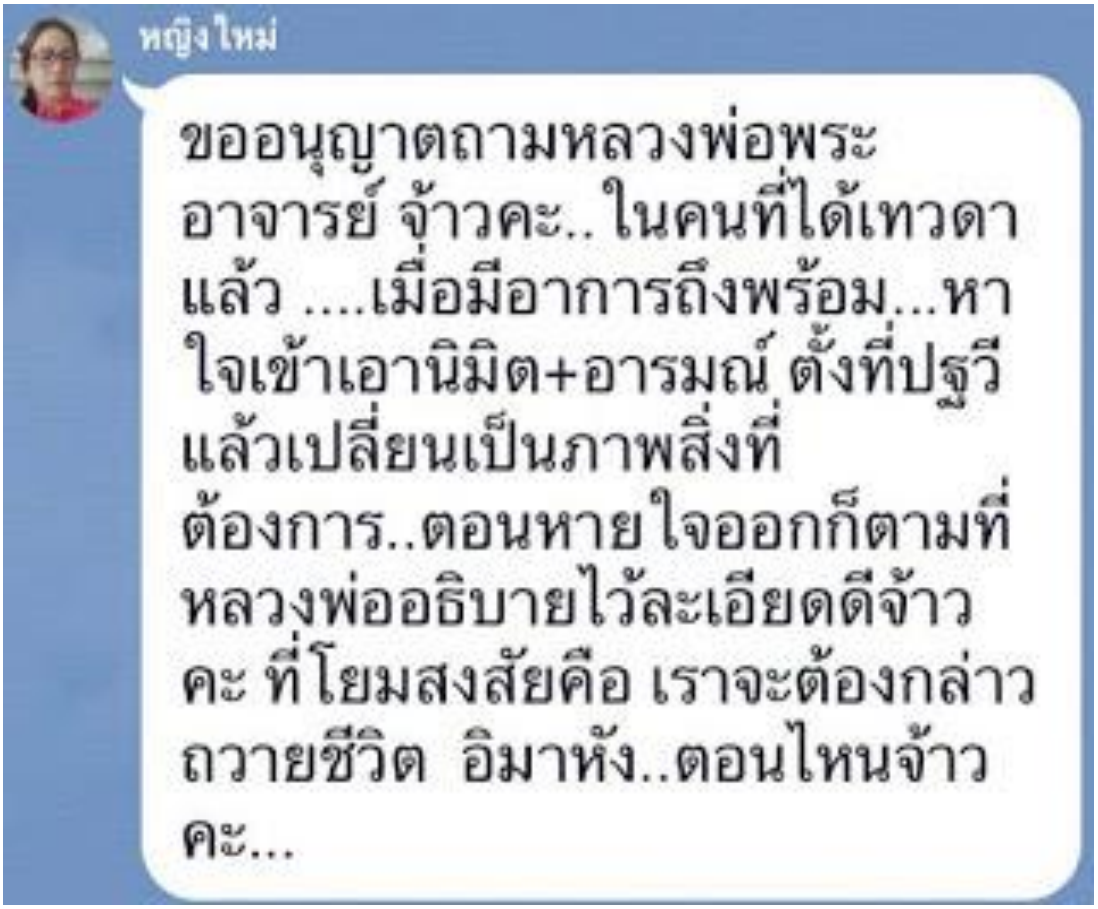
เช่นเดียวกัน ตอนหายใจออก ภาพที่เราปรารถนานั้น จะต้องประกอบด้วยอารมณ์ ชื่นชอบสิ่งที่ได้ (เหมือนตอนที่เราเอื้อมมือรับปริญญา) ถ้าเราจำอารมณ์นี้ได้ ก็นำมาใช้ประกอบภาพที่ปรารถนาได้ทุกครั้ง ก็จะไม่พลาด

การระลึกรู้อารมณ์เรียกว่า "สติ=ธรรมชาติระลึกรู้อารมณ์"

การนำไปตั้งไว้ = ฐาน

ปถวีธาตุ = ปถ

รวมคำทั้งหมดคือ "สติปัฏฐาน"


หญิงใหม่
ขออนุญาตถามหลวงพ่อพระอาจารย์ จ้าวคะ.. ในคนที่ได้เทวดาแล้ว ....เมื่อมีอาการถึงพร้อม...หาใจเข้าเอานิมิต+อารมณ์ ตั้งที่ปฐวีแล้วเปลี่ยนเป็นภาพสิ่งที่ต้องการ..ตอนหายใจออกก็ตามที่หลวงพ่ออธิบายไว้ละเอียดดีจ้าวคะ ที่โยมสงสัยคือ เราจะต้องกล่าวถวายชีวิต อิมาหัง..ตอนไหนจ้าวคะ...

ขอความก้าวหน้าในการปฏิบัติ จงบังเกิดมีแด่สาธุชนทุกท่าน สมดั่ง "ใจ"

ปรารถนา เทอญ

ขอนอบน้อมแด่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง
ขอนอบน้อมแด่พระธรรมอันพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว
ขอนอบน้อมแด่พระอริยสงฆ์ผู้ดำรงพระธรรมวินัย สืบทอดมาจนถึงทุกวันนี้

จะได้กล่าวถึง **"เคล็ดลับของการทำบุญ"** ว่า **"ทำบุญอย่างไร จึงจะได้รับผลทันที"** ที่ต้องนำเรื่องนี้มากล่าว ก็เพราะว่า สาธุชนส่วนใหญ่ที่มีจิตใจประกอบด้วยกุศลศรัทธาในยุคปัจจุบันนี้ มักชอบในการ *"ทำบุญ"*

ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ดี....แต่ว่า มักไม่ค่อยได้ตระหนัก หรือ รู้ลึกไปถึงความเป็นจริงว่า *"ที่ได้ตั้งใจทำบุญ"* ไปนั้น จะได้รับผลเมื่อไร ***เพราะต่างก็ซื่อตามๆ กันว่า ที่ทำบุญไป คงจะช่วยให้ชีวิตความเป็นอยู่ ในขณะนี้ (ชาตินี้) ดีขึ้นกว่าเดิม*** ซึ่งตามความเป็นจริง แล้วนั้น

ขอบอกว่า ***"ไม่ใช่ !!"*** ที่บอกว่าไม่ใช่ ก็เพราะว่า การทำบุญที่จะให้ผลทันที ในชาตินี้ ภพนี้นั้น มีวิธีทำบุญเฉพาะ ซึ่งต้องทำให้ถูกวิธี ถึงจะได้รับผลบุญในทันทีชาตินี้เลย จะเรียกว่าเป็น ***"เคล็ดลับในการทำบุญ"*** ก็ได้ และนี่แหละที่เราจะมากล่าวถึงกันในวันนี้ก่อนอื่นต้องรู้กันก่อนว่าความหมายของคำว่า *"บุญ"* จริง ๆ ในพระพุทธศาสนาให้ผลอย่างไร และชนิดไหน จึงเรียกว่า *"บุญ"*

เอาที่แน่ ๆ ก็ต้องยกพระบาลีที่มีมาในพระไตรปิฎกมายืนยัน เพื่อไม่ให้เป็นข้อสงสัย ขัดแย้งในภายภาคหน้า การให้ผลของบุญ ที่ส่งผลให้สมปรารถนานั้นมีพระบาลีปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ พระสุตตันตปิฎก

เล่มที่ ๑๗ นิธิกัณฑ์ในขุทกปาฐะ ว่า

เอสเหวมนุสานำ สพฺพกามโท นิธิ

ยำ ยำ เทวาภิปตฺถเยนฺติ

สพฺพมเตน ลพฺภติ สุวณฺณตา

สุสรตา สุสณฺฐานำ สรูปตาอธิปปจฺจำ

ปริวาโร สพฺพมเตน ลพฺภติ ฯ

บุญนิธินั้น ย่อมอำนวยผลที่ปรารถนาทุกอย่าง แก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายที่ปรารถนาในอิฐผลใด อิฐผลนั้น ย่อมสำเร็จได้ด้วยบุญนิธินี้ความมีวรรณะงามความมีเสียงไพเราะความยิ่งใหญ่ ความมีผู้ใช้สรอย อิฐผลทั้งหมดที่ปรารถนานั้น ย่อมได้ด้วยบุญนิธินี้ ฯ

ตามพระบาลีที่ยกขึ้นมาเบื้องต้นนั้น ก็เพื่อเป็นเครื่องยืนยันว่า

๑. "***บุญมีที่เก็บ ที่สะสมบุญอยู่จริง***" (ที่ได้สอนว่าบุญเบิกได้เหมือนธนาคาร ไม่ใช่เรื่องเลื่อนลอย หรือคิดขึ้นมาเอง)

๒. "***บุญทำให้เราได้สมปรารถนา ที่อธิษฐานได้จริง***" แต่ที่สำคัญคือ บุญที่เราทำนั้น จะให้ผลสมปรารถนาเมื่อไร นี่ซิเรื่องสำคัญ เป็นประเด็นหลักของการบรรยายวันนี้

ซึ่งการที่บุญจะให้ผลสมปรารถนาในทันที หรือ ในชาติปัจจุบันนี้(ไม่ต้องรอตายก่อน แล้วค่อยไปรับชาติหน้า) นั้นขึ้นอยู่กับเคล็ดลับใหญ่ ๆ คือ

๑. **เนื้อนาบุญ** คือ บุคคลที่เราทำบุญด้วย เหมือนปลูกข้าวในนา ย่อมได้รวงข้าว ต่างกับปลูกข้าวบนแผ่นสังกะสีมีแต่เสียเมล็ดพันธุ์ข้าวจึงมีพระบาลีเตือนไว้ว่า

" *ปูชา จ ปูชนียานำ เอตมฺมงฺคลมุตฺตมำ* ฯ บูชา(ทำบุญ) กับผู้ที่ควรบูชา จึงจะประสบสิ่งเป็นมงคลกับชีวิต

๒. ***ทำบุญต้องทำ โดยไม่ต้องมีใครชักชวน***(สสงฺขาริก) คือมีกุศลเจตนาอยากทำบุญ ก็ทำเลย แต่ต้องอธิษฐานด้วย กาย วาจา ใจ ที่ถึงพร้อมในขณะจิตแรก(ผู้ที่ฝึกสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จะทำได้ทุกท่าน)

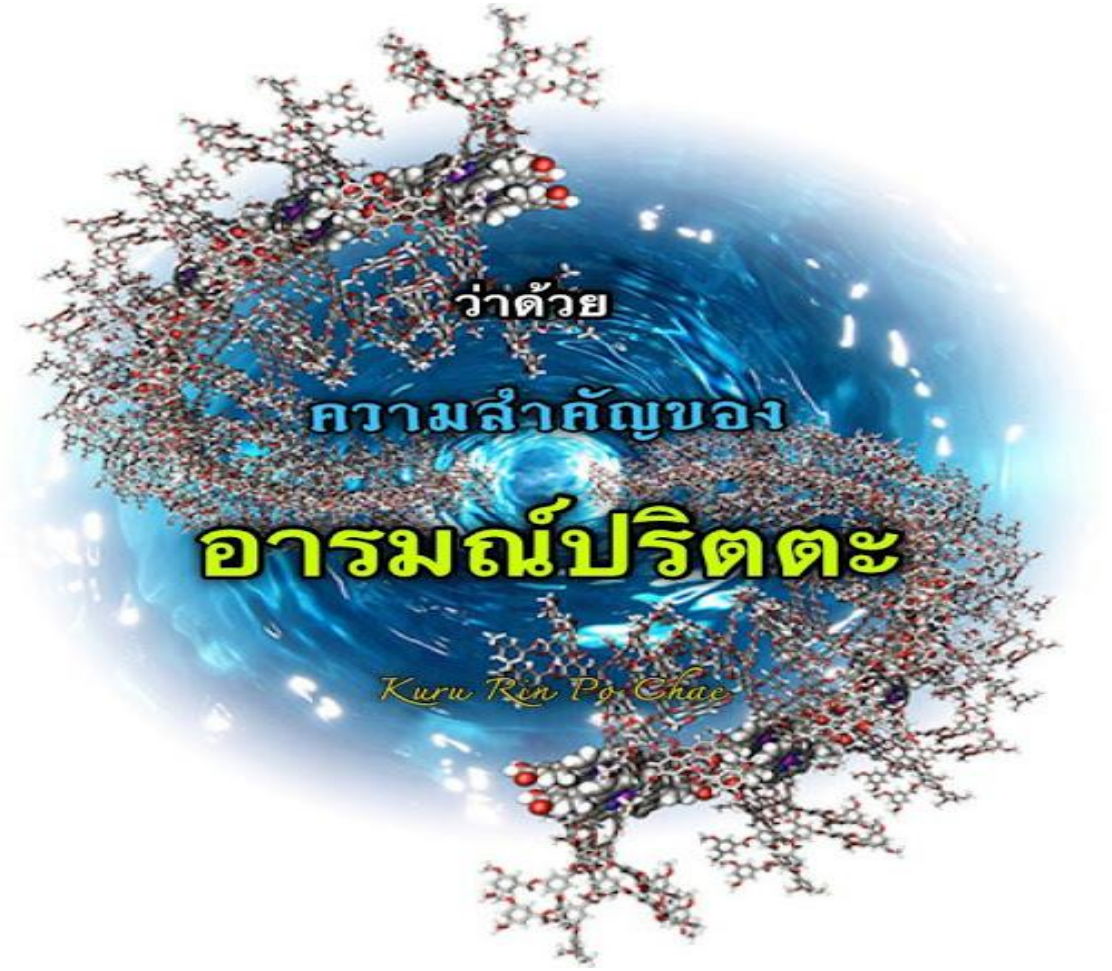
การทำบุญนั้นจะได้ผลในทันที จะต้องกระทำด้วยการถึงพร้อมด้วย กุศลเจตนาในวาระจิตดวงที่ ๑ ซึ่งเรียกว่าทิฏฐธรรมเวทนียกรรม หมายถึง กรรม(การกระทำ)ที่ให้ผลในปัจจุบัน คือให้ผลในภพชาตินี้ เป็นกรรมที่ให้ผลรวดเร็วเป็นปัจจุบันทันด่วน ไม่ต้องรอรับผลในชาติหน้าหรือชาติไหน ๆ คือให้ผลทันทีทันตาเห็น ทิฏฐธรรมเวทนียกรรมนั้น เกิดจากเจตนาที่ประกอบอยู่ในปฐมชวนจิตดวงที่ 1 ดังมีพระบาลี ว่า *ทิฏฺฐธมฺมเวทนีย์ ปฐมำ ชวนำ ภเว* ***ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม*** นั้น ได้แก่ เจตนาที่ประกอบอยู่ในชวนจิตดวงที่ 1

ชวนจิตมี ๗ ขณะ เจตนาในชวนจิตดวงที่ ๑ ให้ผลเป็นทิฏฐธัมมเวทนียกรรม คือ จะให้ผลประจักษ์ในปัจจุบันชาตินั้นเอง

ทิฏฐธรรมเวทนียกรรมมี 2 ประเภท ที่ให้ผลในชาตินี้มีชื่อเฉพาะว่า ***ปริปักกทิฏฐธรรมเวทนียกรรม*** คือ กุศลกรรมที่บันดาลให้ได้รับผลในปัจจุบันชาตินี้ทันที เพราะกรรมประเภทนี้มีกำลังในการให้ผลมาก จึงสามารถที่จะบันดาลให้บุคคลที่กระทำกุศลกรรมได้รับผลภายใน 7 วันอย่างแน่นอน

ข้อสำคัญผู้ที่ได้ทำบุญด้วยปริปักกทิฏฐธรรมเวทนียกรรม จะต้องประกอบด้วยสมบัติ ๔ ประการ จึงจะได้รับผลทันที สมบัติ 4 ประการ คือ

1. *คติสมบัติ* การได้เกิดในสุคติภูมิ
2. *อุปธิสมบัติ* ผู้ที่เกิดมามีร่างกายที่ ไม่พิกลพิการ



".....**จตุตถฌานที่เป็นไปในอิทธิวิธะ** ย่อมมีอารมณ์เป็นปริตตะ และมหัคคตะ อย่างไร ?

คือว่า ในกาลใด พระโยคาวจรมีความประสงค์ทำกายให้อาศัยจิตแล้วไป (เหาะไป) ด้วยกายที่มองไม่เห็นก็ยังกายให้เปลี่ยนไปด้วยอำนาจแห่งอธิจิต ย่อมตั้งนิมิตอารมณ์ไว้ ณ ฐานที่ตั้งแห่งใจ ย่อมยกกายขึ้นในอารมณ์แห่งมหัคคตะ ในกาลนั้น อิทธิวิธะ อันพึงประสงค์นั้นก็ พึงสำเร็จด้วยมีอารมณ์เป็นปริตตะ เพราะ มีรูปกายเป็นอารมณ์

มีอรรถาธิบายว่า มีอารมณ์ที่พร้อมแล้วด้วยการประกอบวจีสังขาร แลมโนสังขาร ในกาลใด พระโยคาวจรทรงอารมณ์ไว้ ณ ฐานที่ตั้งแห่งใจ อาศัยกายมีความประสงค์จะไปด้วยกายที่มองเห็น ก็พึงบังคับจิตให้เปลี่ยนไปตามอำนาจแห่งกาย ย่อมตั้งอารมณ์ที่มีปิติเป็นบาทไว้ ณ ฐานที่ตั้งแห่งใจ คือย่อมยกขึ้นตั้งไว้ในรูปกาย ในกาลนั้น อิทธิวิธะนั้น ก็มีอารมณ์เป็นมหัคคตะ เพราะมีมหัคคจิตเป็นอารมณ์เพราะทำอรรถาธิบายว่า มีอารมณ์ที่ได้ด้วยการประกอบ จตุตถฌานที่เป็นไปด้วยทิพยโสต มีอารมณ์เป็นปริตตะอย่างเดียว เพราะปรารภเสียงเป็นไป

จตุตถฌานที่เป็นไปด้วยเจโตปริยญาณ มีอารมณ์เป็นปริตตะ เป็นมหัคคตะ และ

อัปปมาณะ อย่างไร ?”

คือว่า ในเวลาที่รู้จิตอันเป็นกามาพจรของชน แลโอปปาติกะเหล่าอื่น เจโตปริยญาณนั้นต้องมีอารมณ์เป็นปริตตะ ในเวลาที่รู้รูปาวจรจิต และอรูปาวจรจิตของชน แลโอปปาติกะอื่น ก็มีอารมณ์เป็นมหัคคตะ ในเวลาที่รู้มรรคและผลของชนอื่น ก็มีอารมณ์เป็นอัปปมาณะ ในอธิการนี้ ปุถุชนย่อมไม่รู้จิตของพระโสดาบัน พระโสดาบันย่อมไม่รู้จิตของพระสกทาคามี ด้วยอาการอย่างนี้ พึงทราบจนถึงพระอรหันต์ แต่พระอรหันต์ย่อมรู้จิตของบุคคลทั้งหมด ก็อริยบุคคลอื่นอีกที่สูง ย่อมรู้จิตของบุคคลผู้ต่ำ พึงทราบความต่างกันดังกล่าวมานี้

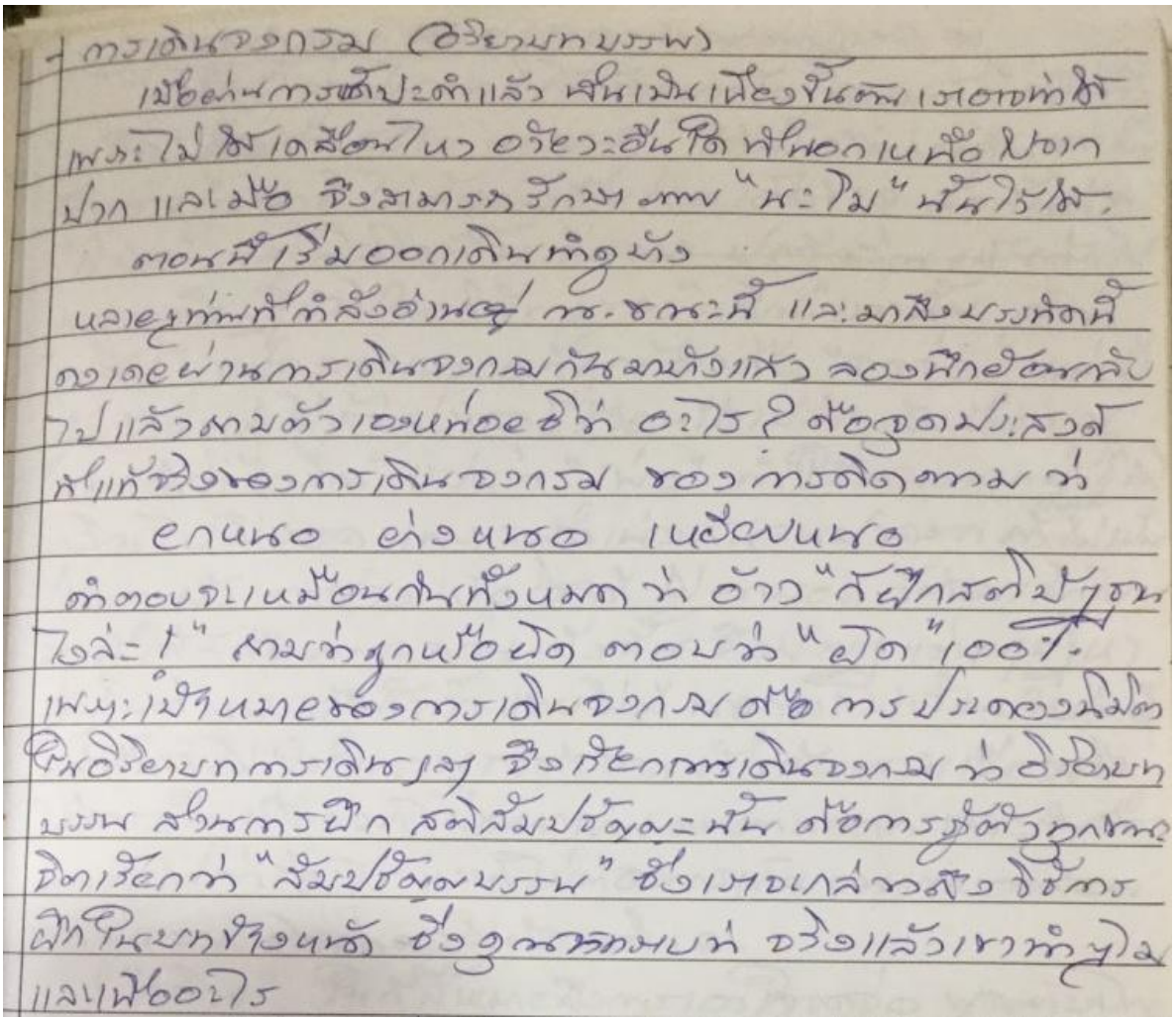
จตุตถฌาน ที่เป็นไปใน ยถากัมมุปคญาณ ย่อมมีอารมณ์เป็นปริตตะในเวลาที่รู้กรรมที่เป็นกามาพจร มีอารมณ์เป็นมหัคคตะ ในเวลาที่รู้กรรมที่เป็นรูปาวจร และอรูปาวจร

จตุตถฌานที่เป็นไปในทิพยจักษุ มีอารมณ์เป็นปริตตะอย่างเดียวเพราะมีรูปเป็นอารมณ์...."

นี้เป็นข้อความอันยืนยัน ความสำคัญแห่งอารมณ์ปริตตะ ที่ปรากฏเป็นหลักฐานในพระไตรปิฎกบาลี ซึ่งในวันเสาร์-อาทิตย์นี้ จะได้ขยายความในรายละเอียด เพื่อเข้าสู่การปฏิบัติในส่วนแห่ง**มโนทวารวิถี** อันมี **"มนสิการ" เป็นประตูบานแรก**ที่จะผ่านเข้าไปสู่มิติแห่งใจ อันจะเป็นหนทางดำเนินไปสู่อัปปนาสมาธิ ดังพุทธพจน์กำหนดวิถีปฏิบัติไว้ชัดเจนว่า " **อัปปนาสมาธิ จักเป็นไปมโนทวารวิถี เท่านั้น** "

ขอความสำเร็จ ผาสุข สวัสดี สมปรารถนาก้าวหน้าในธรรมปฏิบัติ จงบังเกิดแก่สาธุชนทุกท่านถ้วนทั่วกันเทอญ

ฝากไว้ให้อ่าน จะได้ทราบว่า พุทธวิถี “สติปัฏฐาน ปฏิสัมภิทามรรค” ที่นำมาเผยแผ่ปัจจุบันนั้น ได้ผ่านการทดสอบทดลอง ความลำบากยากเข็ญแค่ไหน ไม่ได้นึกเอาเอง ปฏิบัติไป เขียนตำราไป จากประสบการณ์จริงๆไม่ใช่นั่งเทียนเขียน ลอกตำราใครมา เราหวังให้สาธุชนได้ผลจริง มีใจตั้งมั่นไม่คลอนแคลนในพุทธานุภาพว่ามีอยู่จริง และพ้นทุกข์ได้ หมดหนี้สินได้ เปลี่ยนฐานะได้แม้ยังไปไม่ถึงพระนิพพาน

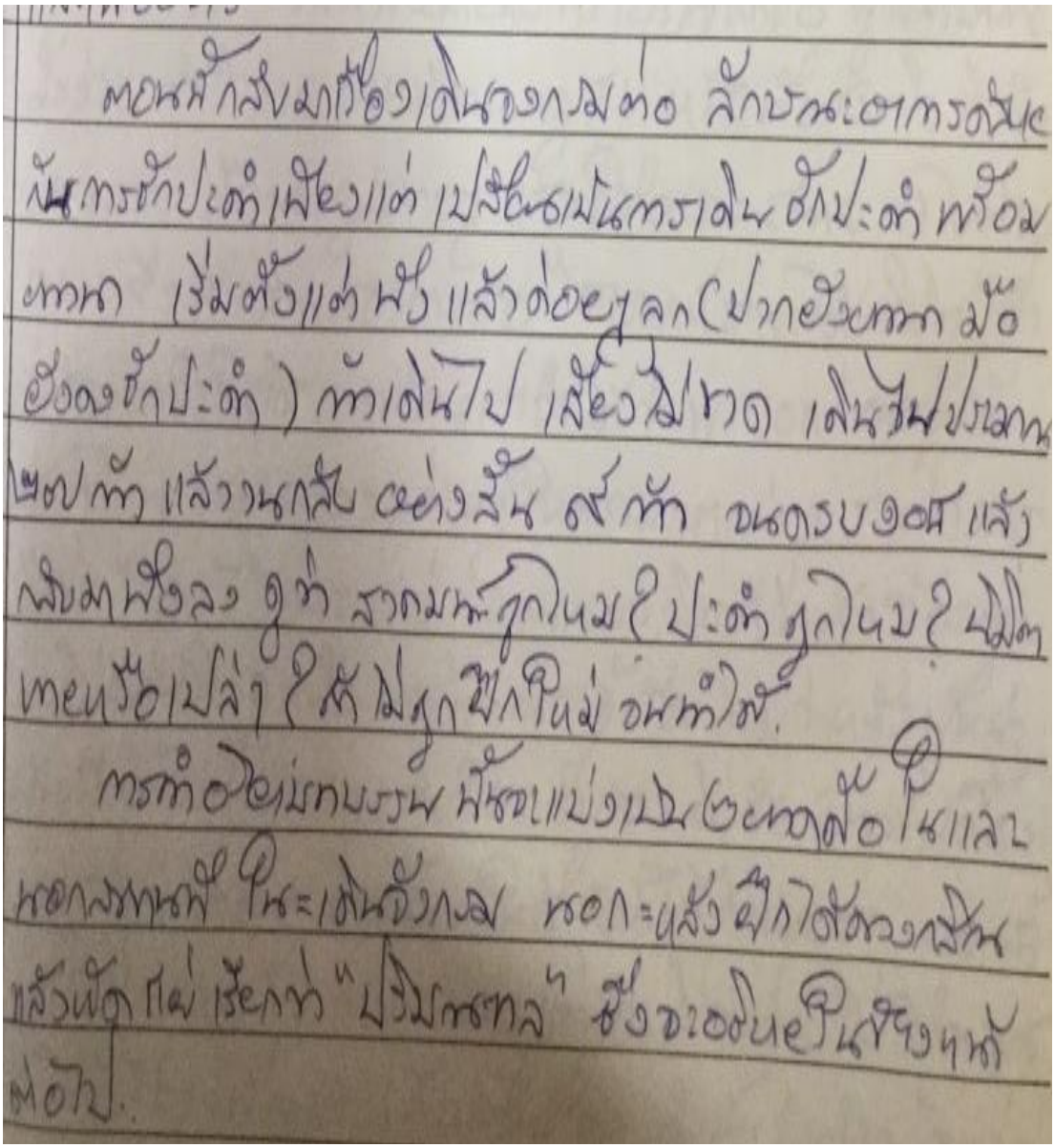


การเดินจงกรม (อิริยาบถบรรพ) เมื่อผ่านการชักปะคำแล้ว นั่นเป็นเพียงขั้นต้น เราอาจทำได้เพราะไม่ได้เคลื่อนไหวอวัยวะอื่นที่นอกเหนือไปจากปาก และมือ จึงสามารถรักษาภาพ “นะ โม” นั้นไว้ได้

ตอนนี้เริ่มออกเดินทำดูบ้าง

หลาย ๆ ท่านที่กำลังอ่านอยู่ ณ ขณะนี้ และมาถึงบรรทัดนี้ คงเคยผ่านการเดินจังกรมกันมาบ้างแล้ว ลองนึกย้อนกลับไปแล้วถามตัวเองหน่อยซิว่า อะไร? คือจุดประสงค์ที่แท้จริงของการเดินจงกรม ของการคิดตามว่า ยกหนอ ย่างหนอ เหยียบหนอ

คำตอบจะเหมือนกันทั้งหมดว่า “อ้าว ก็ฝึก สติปัฏฐานไงล่ะ” ถามว่าถูกหรือผิด ตอบว่า “ผิด ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์” เพราะเป้าหมายของการเดินจงกรม คือ การประคองนิมิตในอิริยาบถการเดิน ฯลฯ จึงเรียกการเดินจงกรมว่า “อิริยาบถบรรพ” ส่วนการฝึกสติสัมปชัญญะนั้น คือการรู้ตัวทุกขณะจิต เรียกว่า “สัมปชัญญะบรรพ” ซึ่งเราจะกล่าวถึงวิธีการฝึกในบทข้างหน้า ซึ่งคุณจะทราบว่า จริงแล้วเขาทำทำไม และเพื่ออะไร

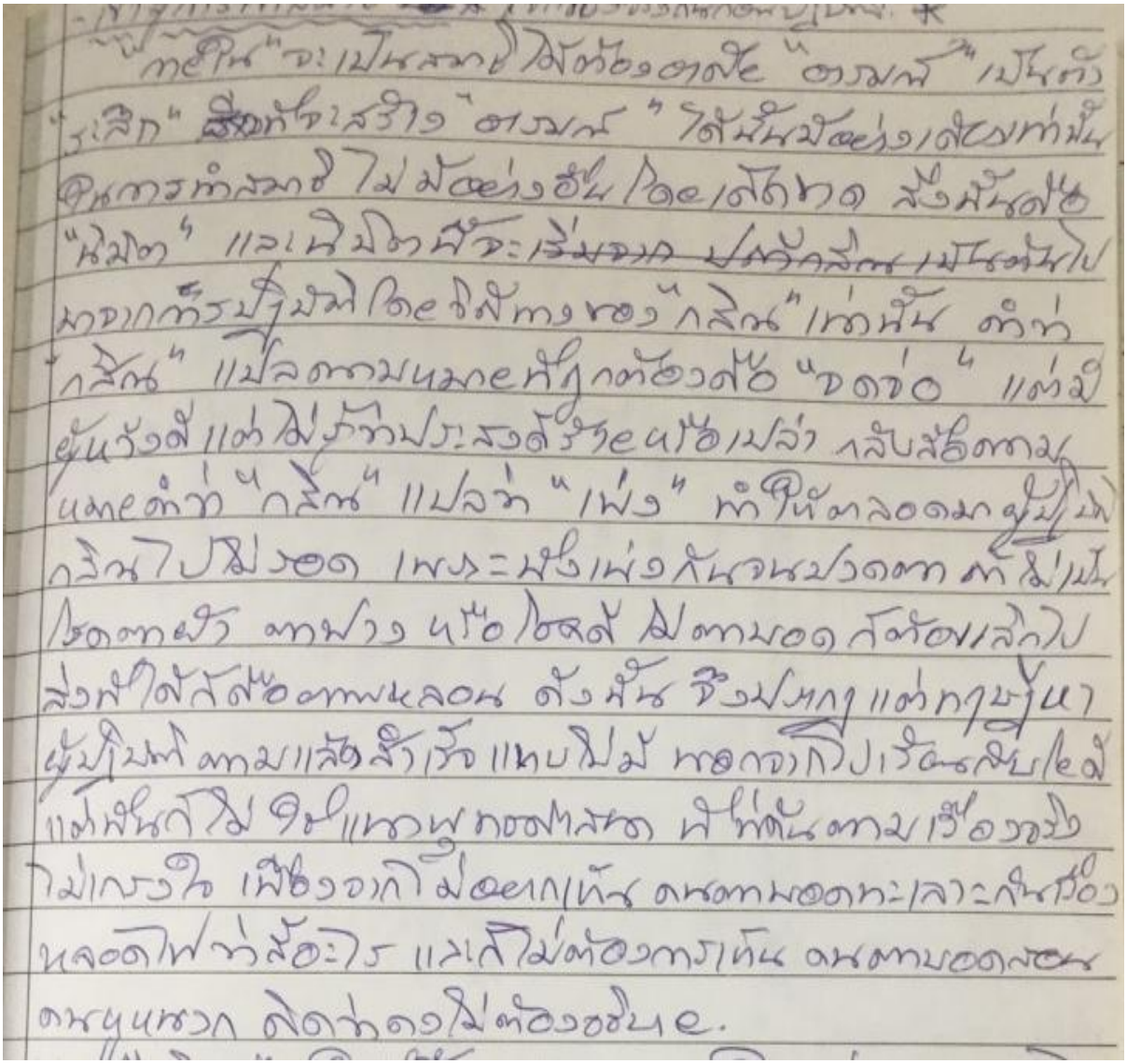


ตอนนี้กลับมาเรื่องเดินจงกรมต่อ ลักษณะอาการคล้ายกับการชักปะคำ เพียงแต่เปลี่ยนเป็นการเดิน ชักปะคำพร้อมภาวนา เริ่มตั้งแต่นั่งแล้วค่อยๆลุก (ปากยังภาวนา มือยังคงชักปะคำ)ก้าวเดินไป เสียงไม่ขาด เดินไปประมาณ ๒๗ ก้าวแล้ววนกลับอย่างสั้น ๙ ก้าว จนครบ ๑๐๘ แล้วกลับมานั่งลงดูว่าสวดมนต์ถูกไหม? ปะคำถูกไหม? นิมิตหายหรือเปล่า? ถ้าไม่ถูก ฝึกใหม่จนทำได้

การทำอิริยาบถบรรพนั้น แบ่งเป็น ๒ ภาค คือ ในและนอกสถานที่

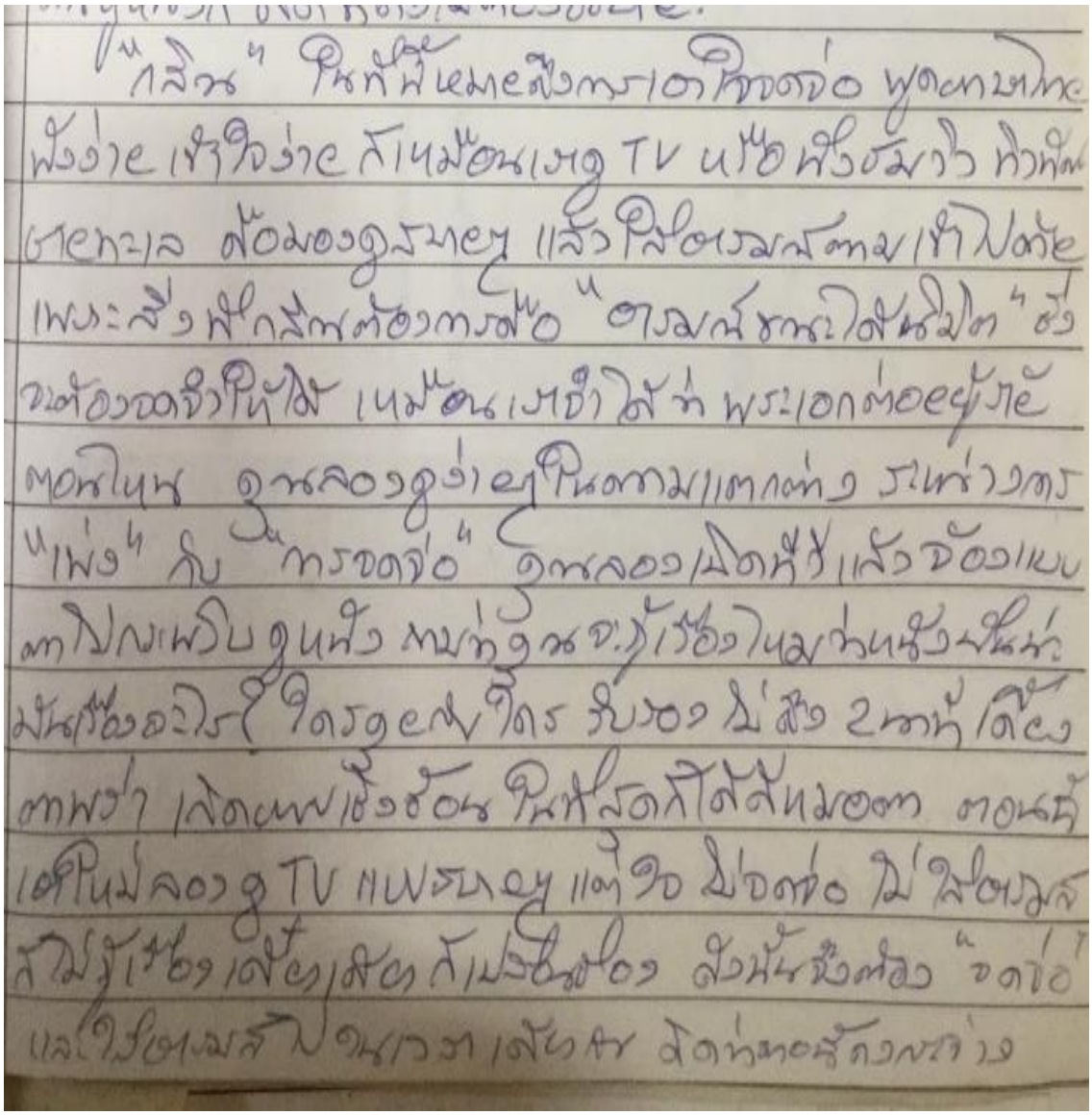
ใน= เดินจงกรม

นอก = หลังฝึกได้ดวงกสิณ แล้วหัดแผ่ เรียกว่า “ปริมณฑล” ซึ่งจะอธิบายในข้างหน้าต่อไป

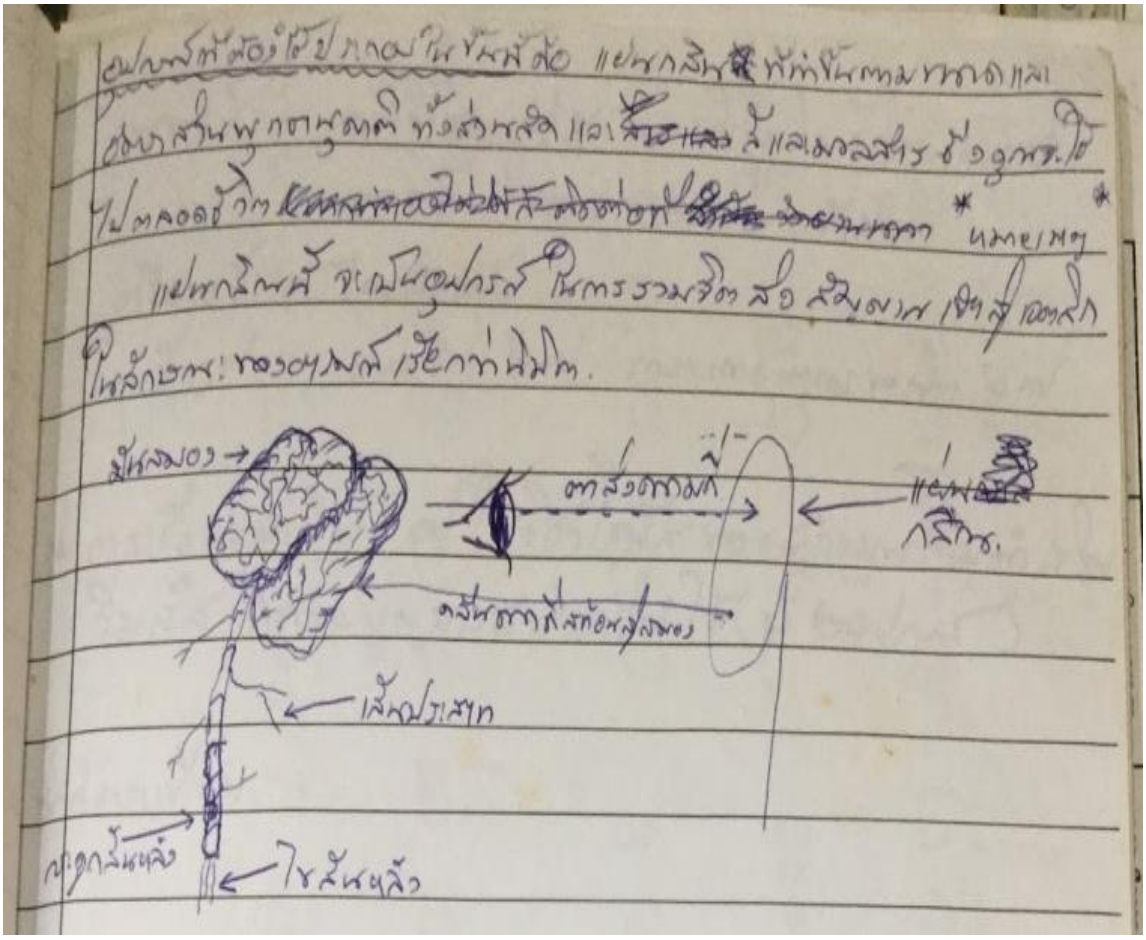


“กายใน” จะเป็นสมาธิได้ต้องอาศัย “อารมณ์” เป็นตัว “ระลึก” สิ่งที่จะสร้าง “อารมณ์” ได้นั้น มีอย่างเดียวเท่านั้นในการทำสมาธิไม่มีอย่างอื่นโดยเด็ดขาด สิ่งนั้น คือ “นิมิต” และนิมิตนี้จะมาจากการปฏิบัติ โดยวิถีทางของ “กสิณ” เท่านั้น

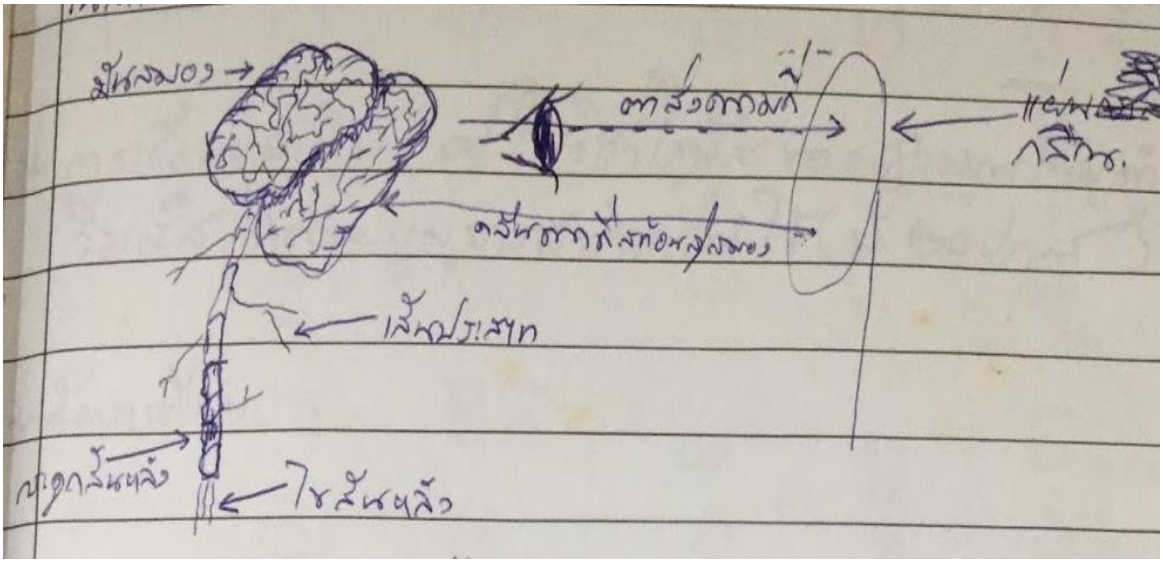
คำว่า “กสิณ” แปลความหมายที่ถูกต้อง คือ “จดจ่อ” แต่มีผู้หวังดี แต่ไม่รู้ว่าประสงค์ร้ายหรือเปล่า กลับสื่อความหมายคำว่า “กสิณ” แปลว่า “เพ่ง” ทำให้ตลอดมาผู้ ปฏิบัติกสิณไปไม่รอด เพราะนั่งเพ่งกันจนปวดตา ถ้าไม่เป็นโรคตาฝ้าตาฟาง หรือโชคดีไม่ตาบอดก็ต้องเลิกไป สิ่งที่ได้ก็คือภาพหลอน ดังนั้นจึงปรากฏแต่ทฤษฎี หาผู้ปฏิบัติตามแล้วสำเร็จแทบไม่มี นอกจากไปเรียนกับโยคี แต่มันก็ไม่ใช่แนวของพระพุทธศาสนา นี่ว่ากันตามเรื่องจริง ไม่เกรงใจ เนื่องจากไม่อยากเห็นคนตาบอดทะเลาะกันเรื่องหลอดไฟว่าสีอะไร และไม่ต้องการเห็นคนตาบอดสอนคนหูหนวก คิดว่าคงไม่ต้องอธิบาย

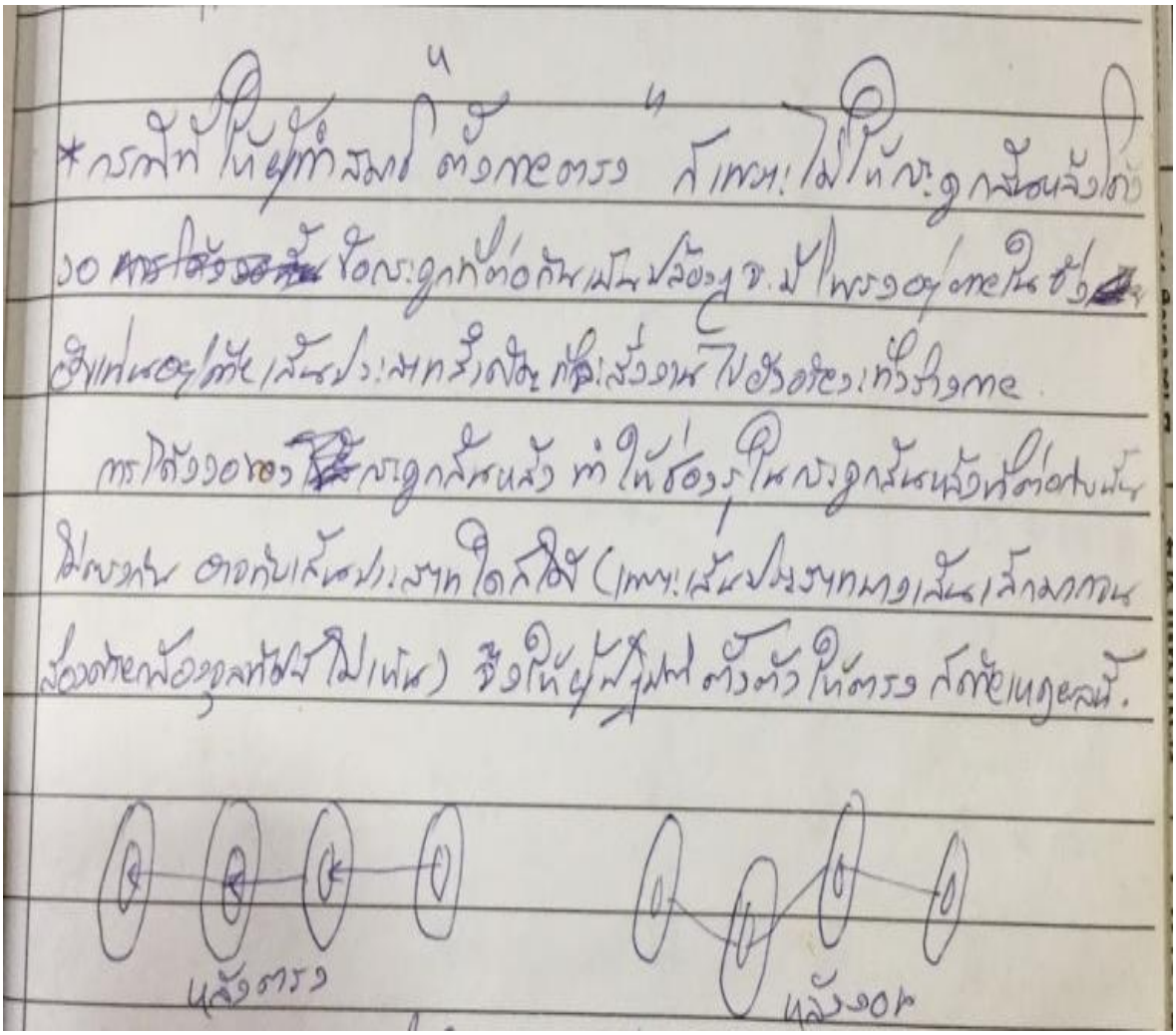


“กสิณ” ในที่นี้หมายถึง การเอาใจจดจ่อ พูดภาษาไทยฟังง่าย เข้าใจง่าย ก็เหมือนเราดูทีวี หรือนั่งชมวิวทิวทัศน์ ชายทะเล คือมองดูสบายๆแล้วใส่อารมณ์ตามเข้าไปด้วย เพราะสิ่งที่กสิณต้องการคือ “อารมณ์ขณะได้นิมิต” ซึ่งจะต้องจดจำให้ได้ เหมือนเราจำได้ว่าพระเอกต่อยผู้ร้ายตอนไหน คุณลองดูง่ายๆในความแตกต่าง ระหว่าง การ “เพ่ง” กับ “การจดจ่อ” คุณลองเปิดทีวีแล้วจ้องแบบตาไม่กระพริบดูหนัง ถามว่า คุณจะรู้เรื่องไหมว่าหนังนั่นน่ะมันเรื่องอะไร? ใครคุยกับใคร? รับรองไม่ถึง ๒ นาที เดี๋ยง ตาพร่า เกิดภาพเชิงซ้อน ในที่สุดก็ได้ดีหมอตา ตอนนี้เอาใหม่ลองดูทีวีแบบสบายๆแต่ใจไม่จดจ่อ ไม่ใส่อารมณ์ ก็ไม่รู้เรื่อง เดี๋ยวเดียวก็เปลี่ยนช่อง ดังนั้นจึงต้อง “จดจ่อ” และใส่อารมณ์ไปในเวลาเดียวกัน คิดว่าตอนนี้คงกระจ่าง



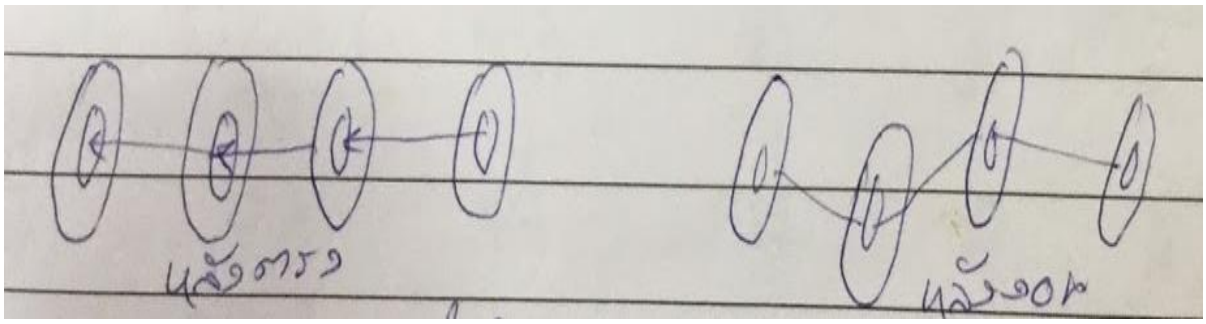
อุปกรณ์ที่ต้องใช้ประกอบในขั้นนี้คือ แผ่นกสิณ ที่ทำขึ้นตามขนาดและอัตราส่วนพุทธานุญาติ ทั้งส่วนสัดและสีและมวลสาร ซึ่งคุณจะใช้ไปตลอดชีวิต *หมายเหตุ* แผ่นกสิณนี้จะเป็นอุปกรณ์ในการรวมจิต ส่งสัญญาณเข้าสู่เจตสิก ในลักษณะของอารมณ์ เรียกว่า “นิมิต”

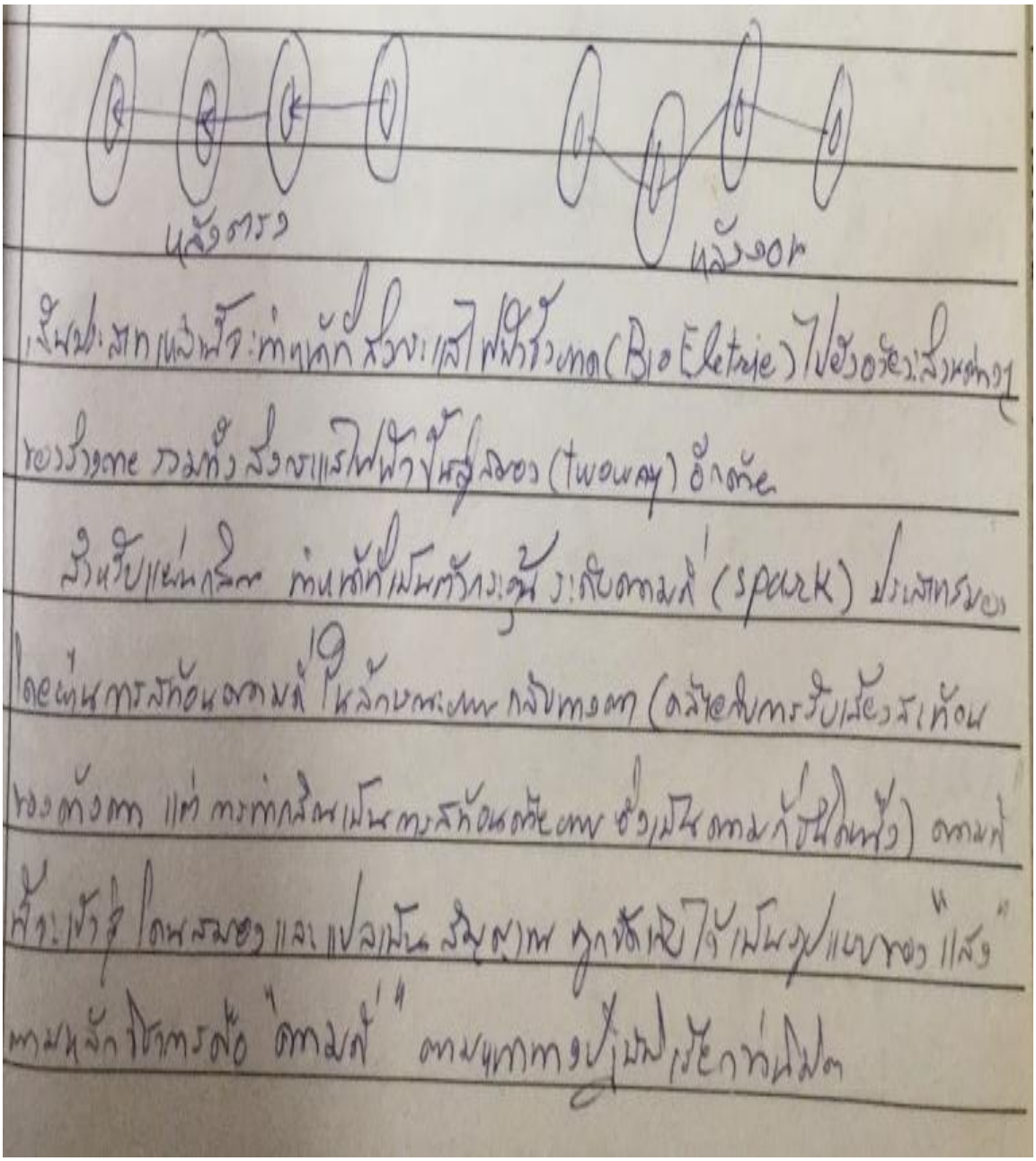




*กรณีที่ให้ผู้ทำสมาธิ “ตั้งกายตรง” ก็เพราะไม่ให้กระดูกสันหลังโค้งงอ ข้อกระดูกที่ต่อกันเป็นปล้องๆจะมีโพรงอยู่ภายในซึ่งอัดแน่นอยู่ด้วยเส้นประสาทสำคัญที่จะสั่งงานไปยังอวัยวะทั่วร่างกาย

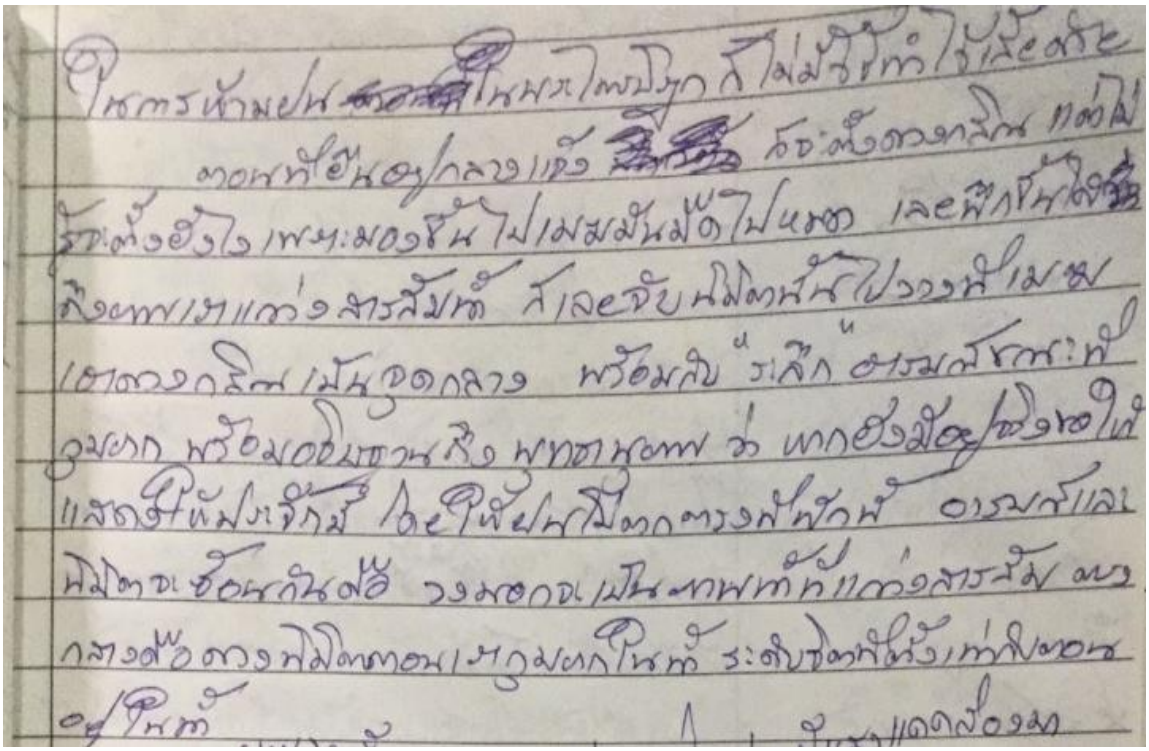
การโค้งงอของกระดูกสันหลัง ทำให้ช่องรูในกระดูกสันหลังที่ต่อกันนั้นไม่ตรงกัน อาจทับเส้นประสาทใดก็ได้ (เพราะเส้นประสาทบางเส้นเล็กมากจนส่องด้วยกล้องจุลทรรศน์ไม่เห็น) จึงให้ผู้ปฏิบัติตั้งตัวให้ตรงก็ด้วยเหตุผลนี้





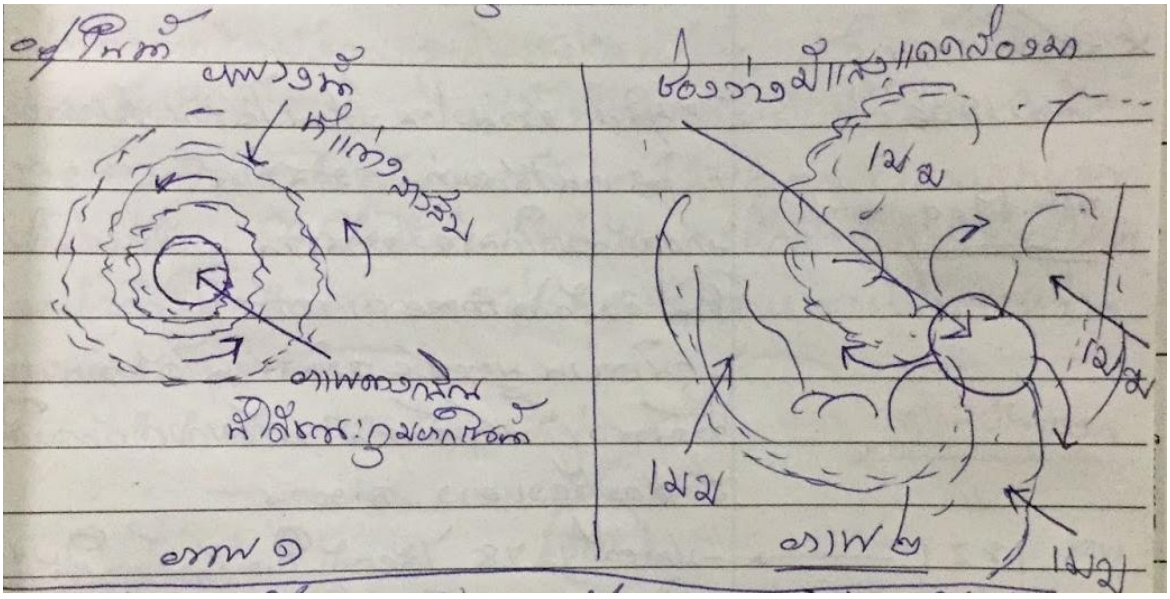
เส้นประสาทเหล่านี้จะทำหน้าที่ส่งกระแสไฟฟ้า ชีวภาค (Bio Electric) ไปยังอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย รวมทั้งส่งกระแสไฟฟ้าขึ้นสู่สมอง (Two Way) อีกด้วย

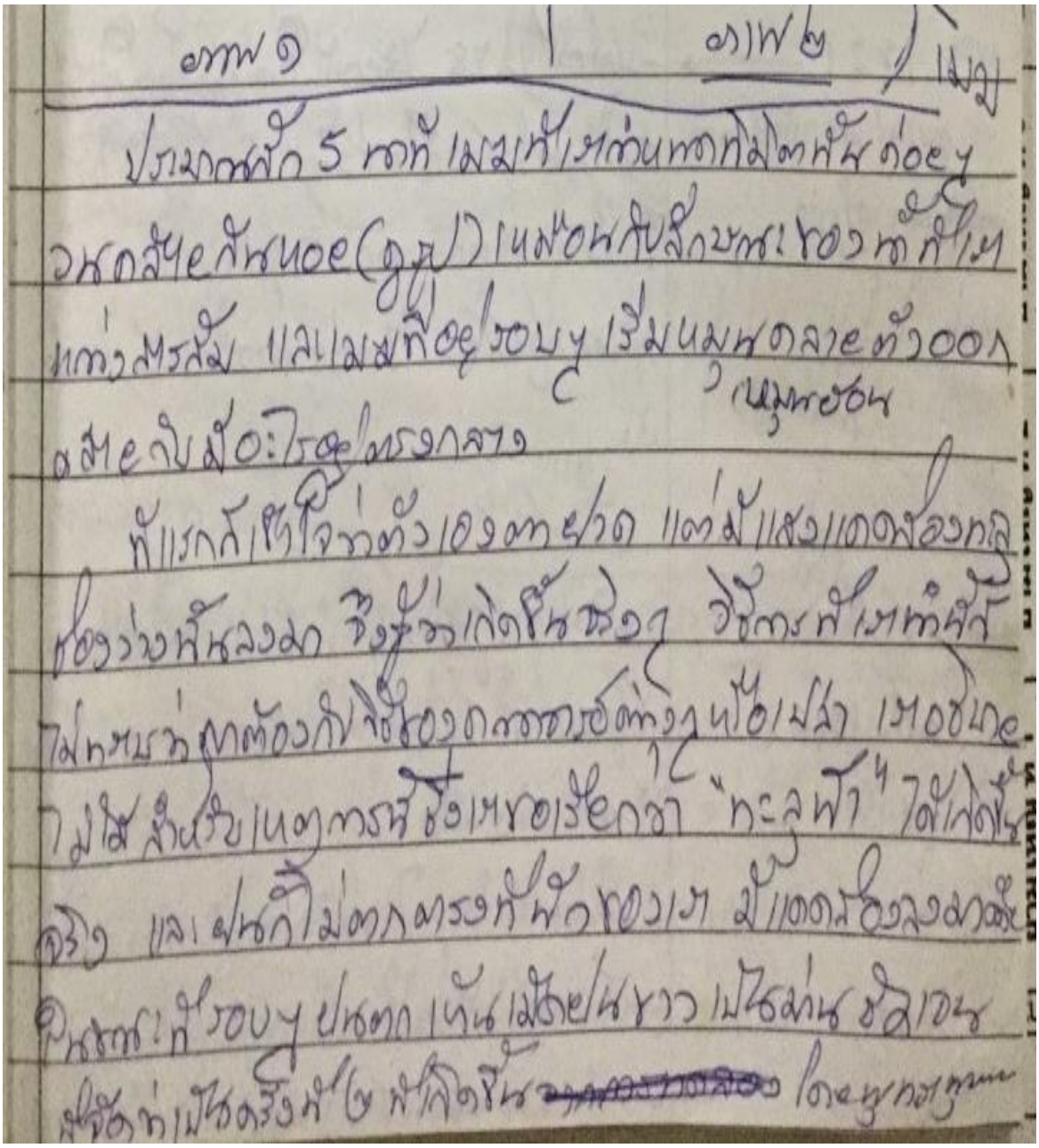
สำหรับแผ่นกสิณ ทำหน้าที่เป็นตัวกระตุ้นระดับความถี่ (Spark) ประสาทสมองโดยผ่านการสะท้อนความถี่ในลักษณะภาพกลับทางตา (คล้ายกับการรับเสียงสะเทือนของค้างคาว แต่การทำกสิณเป็นการสะท้อนด้วยภาพซึ่งเป็นความถี่ชนิดหนึ่ง) ความถี่นี้จะเข้าสู่โคนสมอง และแปลเป็นสัญญาณ ถูกจัดเก็บไว้เป็นรูปแบบของ “แสง” ตามหลักวิชาการคือ “ความถี่” ตามแนวทางปฏิบัติเรียกว่า “นิมิต”



ในการห้ามฝน ในพระไตรปิฎกก็ไม่มีวิธีการทำไว้เสียด้วย

ตอนที่ยืนอยู่กลางแจ้ง ก็จะตั้งดวงกสิณ แต่ไม่รู้จะตั้งยังไง เพราะมองขึ้นไปเมฆมันมืดไปหมด เลยนึกขึ้นได้เห็นภาพเราแกว่งสารส้มน้ำ ก็เลยจับนิมิตนั้นไปวางที่เมฆเอาดวงกสิณเป็นจุดกลาง พร้อมกับ “ระลึก” อารมณ์ขณะที่กุมภก พร้อมอธิษฐานถึงพุทธานุภาพ ว่า หากยังมีอยู่จริงขอให้แสดงให้ประจักษ์ โดยให้ฝนไม่ตกตรงที่พักนี้ อารมณ์และนิมิตจะซ้อนกัน คือ วงนอกจะเป็นภาพน้ำที่แกว่งสารส้ม ตรงกลางคือดวงนิมิตตอนเรากุมภกในน้ำ ระดับจิตที่ตั้งเท่ากับตอนอยู่ในน้ำ





ประมาณสัก ๕ นาทีเมฆที่เรากำหนดนิมิตนั้นค่อยๆวนคล้ายก้นหอย (ดูรูป) เหมือนกับลักษณะของน้ำที่เราแกว่งสารส้ม และเมฆที่อยู่รอบๆ เริ่มหมุน (หมุนย้อน) คลายตัวออก คล้ายกับมีอะไรอยู่ตรงกลาง

ทีแรกก็เข้าใจว่าตัวเองตาฝาด แต่มีแสงแดดส่องทะลุช่องว่างนั้นลงมา จึงรู้ว่าเกิดขึ้นจริงๆ วิธีการที่เราทำนี้ก็ไม่ทราบว่าถูกต้องกับวิธีของคณาจารย์ต่างๆหรือเปล่า เราอธิบายไม่ได้กับเหตุการณ์ซึ่งเราขอเรียกว่า “ทะลุฟ้า” ได้เกิดขึ้นจริง และฝนก็ไม่ตกตรงที่พักของเรา มีแดดส่อลงมาด้วย ในขณะที่รอบๆฝนตก เห็นเม็ดฝนขาวเป็นม่านชัดเจน นี่จัดว่าเป็นครั้งที่ ๒ ที่เกิดขึ้นโดยพุทธานุภาพ

วิชชาที่พระอาจารย์ธรรมบาล จะนำไปสอนให้กับนักศึกษาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

ความภาคภูมิใจที่ได้เป็นชาวพุทธ ที่ได้ศึกษาวิทยาการอันล้ำหน้ากว่าวิทยาศาสตร์-เทคโนโลยีปัจจุบัน เกือบ ๓,๐๐ ปี แม้แต่ "ไอน์สไตน์" ยังศึกษาพระอภิธรรมจากคัมภีร์พุทธ ปรากฏหลักฐาน นำไปบัญญัติศัพท์ทางฟิสิกส์ใหม่เป็นของตน เช่นคำว่า "อะตอม (atom) มาจากภาษาบาลีว่า "อัตตา(Atta)" และจากการที่ไอน์สไตน์ ได้ศึกษาเชิงลึกจากคัมภีร์พุทธ ในเรื่องของ "กฎแห่งกรรม-ภพภูมิ-นรกสวรรค์" กลายเป็นแรงจูงใจ ให้เขาสร้างทฤษฎี "กาล-อวกาศ (Time &Space)" ขึ้น โด่งดัง เป็นนักวิทยาศาสตร์ฟิสิกส์ระดับหนึ่งของโลก และได้รับรางวัลโนเบลสาขาฟิสิกส์

.....เรื่องน่าทึ่ง ของพระพุทธเจ้า...

ก่อนที่วิทยาศาสตร์ จะค้นพบว่า อะตอมเป็นสิ่งที่เล็กที่สุดในโลก เชื่อหรือไม่ว่า พระพุทธเจ้าทรงเคย อธิบายเรื่องของ**ปรมาณู**ไว้ โดยได้กล่าวไว้ว่า

๑ ธัญญามาตร (ขนาดเล็กของเมล็ดข้าว) ประกอบด้วย ๗ อูกา (ศีรษะของตัวเล็น)

๑ อูกา ประกอบด้วย ๗ สิกขา (รอยขีดเล็กๆ)

๑ สิกขา ประกอบด้วย ๓๗ รถเรณู (ละอองเกสรดอกไม้)

๑ รถเรณู ประกอบด้วย ๓๖ ตัชชารี (ละอองรังสีในแสงแดด)

๑ ตัชชารี ประกอบด้วย ๓๖ อนู (อนุภาคขนาดเล็ก)

๑ อณู ประกอบด้วย ๓๖ ปรมาณู

๑ ปรมาณู แบ่งแยกไม่ได้อีก

เพราะหากแยกต่อไป จะหมดสภาพของสารนั้น

นักวิทยาศาสตร์เพิ่งจะรู้ว่าโลกกลม มีแผ่นดินเพียง ๑ ใน ๔ นอกนั้นคือผืนน้ำ และลอยอยู่ ในห้วงอวกาศ เมื่อตอนที่ส่งดาวเทียมขึ้นไปสำรวจ เพียงไม่นานมานี้

แต่พระพุทธเจ้าเคยตรัสไว้ในพรหมชาลสูตร เมื่อนานนับพันปีมาแล้วว่า "โลกนี้กลมเหมือนผลมะขามป้อม" แถมยังอธิบายถึงการมีอยู่ของโลกไว้ ผ่านการสนทนากับพราหมณ์ มีใจความตอนหนึ่งว่า.....

"โลกตั้งบนสิ่งใด?" (คำถามของพราหมณ์)

"บนแผ่นน้ำ" (พระพุทธเจ้า ทรงตอบ)

"แผ่นน้ำตั้งอยู่บนสิ่งใด?" (คำถามของพราหมณ์)

"บนลม" (พระพุทธเจ้าทรงตอบ)

"และลมตั้งอยู่บนสิ่งใด?" (คำถามของพราหมณ์)

"บนอวกาศ" (พระพุทธเจ้าทรงตอบ)

"และอวกาศตั้งอยู่บนสิ่งใด?" (คำถามของพราหมณ์)

"มากเกินไปเสียแล้ว พราหมณ์เอ๋ย อวกาศมิได้ตั้งอยู่ บนสิ่งใดทั้งสิ้น ไม่มีสิ่งใดค้ำอวกาศไว้เลย" (พระพุทธเจ้าทรงตอบ)

แต่สิ่งที่ทำให้ไอน์สไตน์ และนักวิทยาศาสตร์ทั่วโลก ต้องอึ้ง ทึ่ง งง ก็คือสิ่งที่พระพุทธเจ้า กล่าวเอาไว้ว่า "เวลาในโลกมนุษย์ สวรรค์ นรก ไม่เท่ากัน" ซึ่งวิทยาศาสตร์เพิ่ง

จะพิสูจน์ได้ โดย ทฤษฎีสัมพัทธภาพ ของ ไอน์สไตน์ ว่า เวลาในแต่ละที่ไม่เท่ากัน แม้กระทั่งบนยานอวกาศ และดาวแต่ละดวง โดยเฉพาะในหลุมดำ (Black Hole) ที่มืดมิดที่สุด แสงโดนดูดจนหมดสิ้น จะมีเวลานานที่สุด

มีนักวิทยาศาสตร์ชาวพุทธคนหนึ่งได้นำแผนที่ของหลุมดำ (Black Hole) ทุกๆที่มาทาบกับ เรื่องราวของภพทั้งสาม คือ เขาพระสุเมรุ นรก สวรรค์ และ โลกมนุษย์

ผลจากการทาบแผนที่ พบว่า ตำแหน่งของหลุมดำ (Black Hole) ตรงกับตำแหน่งของขุมนรกต่างๆพอดี และตรงกับคำของ พระพุทธเจ้า ที่ตรัสไว้ว่า เวลาในนรกยาวนานที่สุด (ซึ่งทำให้แสง เดินทางได้ช้าที่สุด ตามทฤษฎีสัมพัทธภาพ ของไอน์สไตน์)

นอกจากนี้ พระพุทธเจ้ายังรู้ ถึงการเกิด และอายุขัย ของมนุษย์ตั้งแต่เมื่อ ๒,๕๐๐ ปี มาแล้ว ก่อนที่องค์การอนามัยโลก จะวิเคราะห์ไว้ว่า มนุษย์ยุคปัจจุบัน มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ ๗๕ ปี

ก็ไม่น่าเชื่อว่า จะพ้องกับคำสอนของ พระพุทธเจ้า ที่ว่า ทุกๆ ๑๐๐ ปี อายุมนุษย์จะลดลง ๑ ปี

ดังนั้น มนุษย์ผู้ซึ่งเคยมีอายุเฉลี่ย ๑๐๐ ปี เมื่อ ๒,๕๐๐ ปีที่แล้ว ก็ค่อยๆลดอายุเฉลี่ยลง = ๒,๕๐๐ /๑๐๐ = ๒๕ ปี จนเหลือ ๗๕ ปีในปัจจุบัน...

นี่คือส่วนหนึ่งของหลักฐานที่มา "Time & Space" ของไอน์สไตน์ ที่ชาวพุทธและชาวโลกควรต้องภาคภูมิใจและรับรู้

ข้อความที่นำมาประกอบ ไปอ่านได้สมบูรณ์ที่

https://www.facebook.com/442993079227558/photos/a.443004555893077.1073741828.442993079227558/516769218516610/?type=3

ด้วยพลังแห่งพุทธานุภาพ และ ปวงเทพยดาทุกชั้นฟ้า พร้อมด้วย"บุญ" อันสำเร็จด้วย "ใจ" ที่ได้ถวายธรรมทาน วิชชา "คัมภีร์มหาจักรพรรดิราช - รัตตัญญุศาสตร์ แก่พระคุณเจ้า และนักศึกษา มหาวิยาลัยจุฬาลงกรณ์ ราชวิทยาลัย จงส่งเสริมศุภ พรชัย ให้สาธุชนทุกท่าน เจริญก้าวหน้าในชีวิต หน้าที่การงาน สุขสำราญด้วยลาภโชคโภคทรัพย์ สมปรารถนาดั่งอธิษฐานอันเป็นกุศลทุกประการ ถ้วนทั่วกันทุกท่าน เทอญ

อธิจิตตสูตร

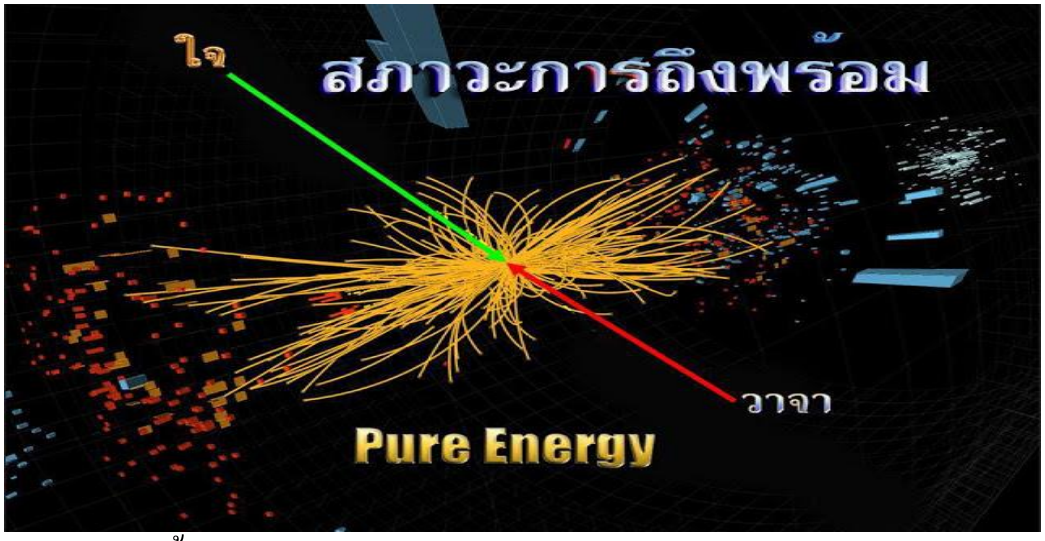
พระพุทธองค์ทรงตรัส เรื่อง อธิจิตว่า..... “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบเนือง ๆ ซึ่งอธิจิต พึงมนสิการนิมิต ๓ โดยกาลอันสมควร คือ พึงมนสิการสมาธินิมิตโดยกาลอันสมควร ๑ พึงมนสิการปัคคหนิมิตโดยกาลอันสมควร ๑ พึงมนสิการอุเปกขานิมิตโดยกาลอันสมควร ๑

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุผู้ประกอบเนือง ๆ ซึ่งอธิจิต พึงมนสิการสมาธินิมิตโดยส่วนเดียวเท่านั้นไซร้ ฐานะนั้น พึงให้จิตเป็นไปเพื่อโกสัชชะได้.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุประกอบเนือง ๆ ซึ่ง อธิจิต พึงมนสิการอุเปกขานิมิตโดยส่วนเดียวไซร้ฐานะนั้น พึงให้จิตเป็นไปเพื่ออุทธัจจะได้.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุประกอบเนือง ๆ ซึ่งอธิจิต พึงมนสิการอุเปกขานิมิตโดยส่วนเดียวไซร้ ฐานะนั้น จิตย่อมไม่ตั้งมั่นโดยชอบเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ในกาลใดแล ภิกษุประกอบเนือง ๆ ซึ่งอธิจิตมนสิการสมาธินิมิต ปัคคหนิมิต อุเปกขานิมิต โดยกาลอันควร จิตนั้น ย่อมเป็นธรรมชาติอ่อนควรแก่การงาน เป็นปภัสสร ไม่เปราะ (คือ ไม่ย่อยยับ)ย่อมตั้งมั่นโดยชอบเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย.



ดูก่อนภิกษุทั้งหลายเปรียบเหมือนนายช่างทอง หรือลูกมือของนายช่างทอง ประกอบเบ้า (คือทำเตาสำหรับหลอมทอง) ครั้นประกอบเบ้าแล้วก็สุมไฟปากเบ้า ครั้นสุมไฟแล้วก็เอาคีมคีบทองใส่เข้าไปในปากเบ้า ย่อมสูบลมเข้าไปตามกาลอันควร ย่อมเอาน้ำประพรมโดยกาลอันควร ย่อมวางเฉยโดยกาลอันควร.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายถ้านายช่างทอง หรือลูกมือของนายช่างทอง พึงเป่าลมเข้าไปโดยส่วนเดียวไซร้ฐานะนั้น ทองก็พึงละลายไป. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้านายช่างทอง หรือลูกมือของนายช่างทอง พึงเอาน้ำประพรมโดยส่วนเดียวไซร้ ฐานะนั้น ทองก็จะพึงเย็นไป.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถ้านายช่างทอง หรือลูกมือนายช่างทองพึงดูทองนั้นเฉย ๆ

อยู่อย่างเดียวไซร้ ฐานะนั้น ทองก็ไม่พึงสุกปลั่ง. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อใดแล นายช่างทอง หรือลูกมือนายช่างทอง ย่อมเป่าลมเข้าไปโดยกาลอันควร ย่อมเอาน้ำ ประพรมโดยกาลอันควร ดูเฉย ๆ อยู่ตามกาลอันควร ทองนั้นย่อมเป็นธรรมชาติอ่อน ควรแก่การงาน สุกปลั่ง ไม่เปราะ ย่อมใช้งานได้ดี. นายช่างทอง หรือลูกมือนายช่างทอง จำนงอยู่ด้วยเครื่องประดับชนิดใด ๆ ผิว่าจะทำเข็มขัด จะทำตุ้มหู จะทำสร้อยคอ จะทำมาลัยทอง แท่งทองคำนั้น ย่อมสำเร็จประโยชน์แก่เขา ฉันใด

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ประกอบเนือง ๆ ซึ่งอธิจิต ฯลฯ ย่อมตั้งมั่นโดยชอบเพื่อความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย. ภิกษุนั้นย่อมน้อมจิตไปเพื่อธรรมที่ควรทำให้แจ้งด้วยอภิญญาใด เมื่อสติในอายตนะนั้น ตั้งอยู่ เธอย่อมถึงความเป็นผู้สามารถเพื่อทำให้แจ้ง ด้วยอภิญญาในธรรมนั้น ๆ นั่นแหละ ดังนี้ พึงทราบว่า ทั้งหมดนี้ ชื่อว่า **อธิจิต**

(พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๒)

ขยายศัพท์ ::

โกสัชชะ หมายถึง ความเป็นผู้เกียจคร้านในที่นี้ พระผู้มีพระภาคก็ทรงใช้ คำว่า โกสัชชะ ซึ่งวิเคราะห์ศัพท์ได้ว่า **กุสีตสฺส ภาโว โกสชฺชํ** (ความเป็นบุคคลผู้เกียจคร้านชื่อว่า โกสัชชะ)

ปล่อยจิตไปตามกระแสอารมณ์ ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมอันเป็นอกุศล ไม่ใช้ใจควบคุม เหมือนรถที่วิ่งไปโดยไร้คนขับย่อมไร้จุดหมาย เพิ่มพูนการอารมณ์ในกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต หรือ ในกามคุณ๕ หรือ ความไม่เคารพ กระทำที่ไม่ต่อเนื่อง การทำที่

ขาดความมั่นคงประพฤติย่อหย่อน ความทอดทิ้งฉันทะ ความทอดทิ้งธุระความไม่ทำให้เจริญ ความไม่ตั้งมั่น ความประมาทในการเจริญกุศลธรรมทั้งหลาย นี้เรียกว่า โกสัชชะ หรือ ความเกียจคร้าน.

ธรรมที่ตรงกันข้ามกับโกสัชชะ คือ วิริยะ เพียรประกอบกุศลไม่หยุด จนกว่าจะถึงเป้าประสงค์ ตามความเป็นจริงของชีวิต ก็ย่อมเป็นไปกับอกุศลมากกว่ากุศล อันเนื่องมา จากกิเลสที่สะสมมา ดังนั้นจึงเป็นธรรมดาที่ยังเป็นผู้เกียจคร้าน เกียจคร้านในการเจริญกุศลทุกประการ เกียจคร้านเพราะปล่อยจิต ไปตามกระแส ไม่ใช้ใจควบคุม เหมือนรถที่วิ่งไป โดยไร้คนขับ ต่างกับผู้ปฏิบัติตามพุทธวิถี “สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค” เมื่อมีความเข้าใจพระธรรมมากขึ้น วิริยะความเพียรที่เกิดกับความเห็นถูก ก็เพียรไปในทางกุศลธรรมมากขึ้น ไม่ได้หมาย ความว่าอกุศลจะไม่เกิด แต่เมื่อเกิดแล้ว วิริยะความเพียร ก็เพียรละเว้นอกุศล เพียรเจริญอธิจิต นำมาอธิษฐานได้ผลจริง จึงไม่มีเกียจคร้านหลงเหลืออยู่

สมาธินิมิต คือเครื่องหมายสำหรับตั้งสมาธิ คือ การนำลมหาใจ ไปตั้งไว้ ณ ตำแหน่งที่ตั้งแห่งธาตุทั้งหลาย อันเรียกว่า ปถวีธาตุ เพื่อ สัมปยุตธาตุ ควบคุมธาตุ อันเป็นสมมุติ ผู้ควบคุมธาตุได้นั้นชื่อว่า “**ธาตุกุศลตาบุคคล**”

ปัคคาหนิมิต หมายถึง การปรารภความเพียรทางใจ คือ ตัดสินใจเริ่มปฏิบัติชอบในพุทธวิถี “สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค” เท่านั้น จัดเป็น สัมมาวายามะ เรียกว่า ปัคคาหนิมิต คือ การระลึกรู้ไปอยู่ที่สมาธินิมิต (ที่ปถวีธาตุ) การรับรู้อารมณ์+ปิติ+นิมิต= สติปัฏฐาน ปัคคาหนิมิตนี้เปรียบเสมือนเกียร์รถ ที่สามารถเปลี่ยนให้ ถึงจุดหมายได้เร็ว - ช้า ตามใจปรารถนา

อุเบกขานิมิต คือ การถอย ออกมาสู่ภาวะระลึกรู้ ความต้องการ ว่า “จะอธิษฐานเรื่องอะไร” อารมณ์จะไม่เกาะเกี่ยวกับสภาวะของ ปิติ นิมิต หรือ ลมหาใจ แต่ให้ระลึกอยู่ใน(ภาพที่อธิษฐานนั้น)เป็นอารมณ์ปัจจุบัน สิ่งที่ปรารถนาอธิษฐานจึงจะสำเร็จสมประสงค์ **อุเบกขานิมิต** เปรียบเสมือนเกียร์ว่างของรถ เมื่อเราจะเปลี่ยนเกียร์เร่งให้รถวิ่งเร็ว เพื่อให้ไปถึงจุดหมายเร็วขึ้น ก็ต้องปรับเข้าเกียร์ว่างก่อน จึงเปลี่ยนเป็นเกียร์สูงขึ้นไป ผลจึงปรากฏรวดเร็วในปัจจุบันทันที

::: จุดพลาดของนักปฏิบัติ ทำให้ไม่เกิดผลตามที่ปรารถนา

เพราะปฏิบัติสมาธิแบบอื่น อันมิใช่พุทธวิถี “สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค” อันเป็นหนทางปฏิบัติหนึ่งเดียว ไม่มีหนทางอื่นนอกเหนือไปจากนี้

เพราะกำหนดสมาธินิมิต โดยส่วนเดียว เป็นเหตุให้สภาวะจิตเกิดอารมณ์แห่งความเกียจคร้าน

เพราะกำหนดปัคคาหนิมิต โดยส่วนเดียว เป็นเหตุให้จิตเป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่าน

เพราะกำหนดอุเบกขานิมิต โดยส่วนเดียว ไม่คืนสู่สภาวะของปัคคาหนิมิต เป็นเหตุให้ไม่ได้ผล

พระธรรมบาล /บันทึก

ณ มหาวิหารสมปรารถนา วัดสุวรรณโคมคำ

อ.แม่สะเรียง จ.แม่ฮ่องสอน

๑๑ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๙

การสวดมนต์ สำคัญต่อนักปฏิบัติอย่างไร ?

การทำสมาธิ หมายถึง "การรวม" กาย วาจา และใจ ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน ในชั้นแรกต้องรวมปากกับใจให้เป็นหนึ่งเดียวกันเสียก่อน ซึ่งทำได้โดยการฝึกหัดอ่านหนังสือในใจให้เสียงใจกับเสียงปาก เป็นเสียงเดียวกัน

การสวดมนต์ คือการฝึกหัด**ขั้นที่สอง**ของการปฏิบัติ ปากกับใจตรงกัน เรียกว่า "ปริฺ" แปลว่า เปล่งเสียง เป็นที่ที่มาของคำว่า "ปาก" มาจากคำว่า ปริตเอาแต่ตัว “ป” ทำเป็นทีฆ=ลากเสียงยาว เป็น ปา ใส่ เอามาจากคำว่า กมฺม = กระทำ รวมคือ **ส่วนที่กระทำให้เกิดเสียง** เป็นศัพท์เรารู้จักคือ "ปาก"

เมื่อปากกับใจตรงกัน ก่อให้เกิดสมาธิ เรียกว่า **ปริกรรม** ภาษาบาลีเขียนว่า **ปริกมฺ** ซึ่งปริกรรมนี้เราจะเห็นทั่วไปในเอกสารคัมภีร์โบราณเมื่อกล่าวถึงโยคีผู้มีฤทธิ์ โยคี หรือโยคาวจร ผู้ปฏิบัติย่อมมีฤทธิ์เกิดขึ้นได้ด้วยอำนาจแห่งสมาธิพละ อันเกิดจากการรวมเป็นหนึ่งของ วาจา (ปาก) กับ ใจ (กายในกาย) เมื่อปาก (วาจา) รวมกับใจ (กายในกาย) นี้ โยคาวจรนั้นย่อมเปล่งวาจาอธิษฐาน ให้สิ่งต่าง ๆ อันประสงค์ (ซึ่งล้วนแล้วอยู่ภายใต้กฎแห่งการสมมุติทั้งสิ้น = เกิดจากธาตุทั้ง 4 ที่รวมตัวกันเป็นรูปร่างต่าง ๆ กัน) ผู้ปฏิบัติสำเร็จในส่วนของปริกรรม รวมวาจากับใจเป็นหนึ่ง จึงเรียกว่า เป็นผู้มี **"วาจาสิทธิ์"** สามารถเนรมิต และกำหนดเหตุการณ์ได้ดั่งวาจาที่เปล่งออกไป

ก็อาจจะมีคำถามจากผู้สงสัยว่า เพียงแค่ปริกรรม (ภาษาสันสกฤตเรียก บริกรรม) นี่นะ สามารถทำให้ "วาจาสิทธิ์" ได้ ต้องตอบว่า "ถูกต้อง" เพราะการเปล่งวาจาพร้อมกับ

ใจ แล้วอธิษฐานสิ่งที่ต้องการหรือเหตุการณ์นั้นๆ ย่อมเป็นไปตามวาจา หรือ ตามประสงค์ ของโยคาวจรนั้น หากจะกล่าวกันในเชิงลึก สำหรับทางปฏิบัติ ถึงเหตุ และผลอันทำให้เกิดปรากฏการณ์เช่นนั้น มีคำอธิบายได้ว่า " เพราะโยคาวจร ผู้ได้บรรลุแล้วผนวกให้เป็นหนึ่งแล้ว ระหว่างวาจากับใจ (กายในกาย) ย่อมควบคุมธาตุทั้ง ๑๘ ได้สิ้นเชิง เรียกว่า **"ธาตุกุศลตาบุคคล"** ตัวอย่างเช่นที่เราปฏิบัติสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค คือ การกำหนด ระลึกรู้อารมณ์ของอักขระ (หนึ่งพยางค์= ๑ดวงจิต) ด้วยความสามารถแห่งอารมณ์ (โดยบังคับด้วยภาวนาเสียงของกายในกาย + ลมหายใจ) **มือตีตมหันตารมณ์** เป็นต้น อักขระ (จิตดวงหนึ่งๆ) มี ๓ **ขณะ** ด้วยสามารถคือ

๑. อุปาทขณะ = ขณะลมหาใจเข้า เกิดลมหาใจ เรียกว่า อัสสาสะ

๒. ฐิติขณะ = ขณะที่ทรงลมหาใจไว้ ระงับ อัสสาสะ-ปัสสาสะ

๓. ภังคขณะ = ขณะที่ลมหาใจออก ดับไป ปัสสาสะ

ทั้ง ๓ ขณะ ย่อมอยู่ในระหว่างปริกรรม = ออกเสียงของปากกับใจ ก็ขณะจิตทั้งหลาย ทั้งเหล่านั้นนั้นมี ๑๗ ขณะจิต มีมโนทวาร (ใจ) ควบคุมไว้ด้วยสามารถ ๑ รวมเป็น ๑๘ เป็นอายุแห่งรูปธรรมในสังสารวัตรทั้งหลาย นี้คือ ๑๘ อักขระ แห่งการปริกรรม อันก่อให้ เกิด**สมาธิพละ** ซึ่งโยคาวจรย่อมใช้การระลึกรู้อารมณ์ (เรียกว่าสติ) มี**ปริกมฺ** คือ อักขระ นะโม ทั้ง ๑๘ คุมขณะจิตแต่ละดวงครบ ด้วยเหตุนี้จึงใช้นะโมเป็นตัวปริกรรม การควบคุมวาระจิต ต้องใช้ "สติ ระลึกรู้อารมณ์" เพราะจิตทำหน้าที่เป็นเพียง "ตัวรับรู้" เท่านั้น…

ถามว่า สติใช้อะไรเป็นเครื่องช่วยระลึก คำตอบคือ คำ ปริกมฺ ๑๘ ตัว คือ นะโม.. ซึ่งนอกจากจะคุมจิตให้อยู่ในอำนาจแล้ว ยังคุมธาตุทั้ง ๑๘ อีกด้วย .....และด้วยอำนาจแห่งสมาธิ อันเกิดจากปริกมฺนี้ ยังให้เป็นอานิสงค์ ให้ผู้บรรลุถึงขั้นนี้ (เสียงปากกับใจตรงกัน) นั้น เมื่อสิ้นอายุขัยย่อมไปบังเกิดในพรหมโลก ชั้นปริตาพรหม ดังปรากฏ ในพระไตรปิฎก นั้นแล

ดังนั้น การสวดมนต์ (ปริกรรม) จึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับนักปฏิบัติ เพราะหากไม่สามารถฝึกให้ วาจา (ปาก) กับใจ (กายในกาย) ออกเสียงตรงกัน คือเป็นหนึ่งเดียวกัน ไม่ได้ " ก็ไม่อาจที่จะกล่าวคำอธิษฐานใด ๆ ได้" พูดให้เข้าใจง่ายคือ ปากกับใจไม่ตรงกัน อธิษฐานไม่สำเร็จสิ้นเชิง ฉะนั้น การที่สาธุชนทุกท่าน ได้เพียรมานะฝึกฝนสวดมนต์ปริ

กรรม จึงมีความสำคัญต่อชีวิตทั้งภพนี้และภพไหนๆ แม้ปรารถนาสิ่งใด อันเป็นมนุษยสมบัติ ก็ย่อมได้สมปรารถนาทุกประการ

Kuru Rin Po Chae
45 mins ·

บุญย่อมสำเร็จด้วย "ใจ" หากไม่รู้ "ที่ตั้งของใจ" ชาตินี้ทำอะไรก็ไม่สำเร็จ

การสวดพระปริต คือการปฏิบัติเพื่อให้รู้ที่ตั้งของ "ใจ" ให้ได้ยินเสียงของใจ และกำหนดบังคับให้เสียงปาก(วจีสังขาร) กับเสียงใจ(มโนสังขาร)รวมเป็นหนึ่งเดียวกัน

การปฏิบัติภาค "ปริกรรม(ปริต+กรรม=ปฏิบัติด้วยสัจจะวาจา) สัจจะวาจา คือ สภาวะอันเป็นหนึ่งเดียวของ "วาจา+ใจ" การถึงพร้อมนี้ย่อมเกิดอุปจารสมาธิ ก่อให้เกิดพลังพิเศษขึ้นเรียกว่า "ปริกมฺมจิต" ซึ่งอยู่เหนือจิตของสามัญมนุษย์อันมิได้ปฏิบัติ มีพลังอำนาจสามารถใช้ในการอธิษฐาน ในสิ่งที่ปรารถนาให้สำเร็จ ผู้ที่ผ่านการอธิษฐานได้ตามปรารถนาสำเร็จ เรียกว่าผ่านขั้น "ปริกรรม" (หรือการสวดพระปริต(สวดมนต์ ให้เสียงปากกับเสียงใจตรงกัน) อันอยู่ในระดับแรกของปัญจทวารวิถี จากนั้น จึงยกจิตก้าวขึ้นสู่ "ขั้นภาวนา อันต้องใช้ "ใจ"(มโนทวารวิถี)เท่านั้น จึงเป็นที่มาของขั้นตอนปฏิบัติ คือ "ปริกรรม(ปริ=เปล่งวาจา=สำเร็จด้วยสัจจะวาจา)" กับ "ภาวนา(ภว=ภพ นา=มนัส = การข้ามมิติ ภพภูมิด้วยใจ หรือ สำเร็จด้วยใจ

ในสภาวะนี้เป็นการปฏิบัติขั้นอัปนา ยังให้เกิดอำนาจพิเศษเหนือธรรมชาติ คือ "อภิญญาจิต" ที่เรียกว่าพระผู้ทรงอภิญญาคือตรงนี้ อยากรู้ว่าพระรูปไหนทรงอภิญญาหรือไม่ ก็ให้ลองอธิษฐานให้ดู หากทำไม่ได้=ของปลอม แม้พระพุทธองค์จะทรงพยากรณ์ว่าผู้ใดสำเร็จก็ทรงให้แสดงฤทธิ ดังปรากฏในพระไตรปิฎกเรื่องพระอุบลวณาเถรี และศิษย์500)

สภาวะแห่ง "ปริกมฺมจิต" ในทางปฏิบัติอีกชื่อหนึ่งเรียกว่า "อธิจิต" ที่จะรักษาสภาวะแห่งอุปจาระสมาธิ เพื่อส่งต่อเข้าสู่มิติแห่งใจ (มโนทวารวิถี) เพื่อทำอัปนาสมาธิต่อไป อันเป็นเส้นทางสู่พระนิพพานในที่สุด

ดังนั้น การสวดพระปริต ก็คือ การ "ปริกรรม" ทำสมาธิเพื่อปลูกเมล็ดแห่ง "สัจจะ" อันจะผลิดอกออกผล เข้าถึงธรรมะ ซึ่งเรียกว่า "สัจจธรรม" ความสำคัญของการสวดพระปริต เป็นดั่งนี้ พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา จึงมีการสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น ก็ด้วยเหตุดั่งวิสัชนามานี้

ขอความสวัสดี เจริญในธรรม จงมีแด่สาธุชนผู้ใฝ่ปฏิบัติชอบทุกท่าน

เทอญ